

هنا حلوبي بلول



الأطعمة السورية التقليدية في المطبخ الحلبي





المقدمة

كانت اللحوم طعام الإنسان الأول، ثم الخبز بعد أن أتقن البشر علم الزراعة. وتتميّز كل منطقة جغرافية من هذا الكوكب بأطعمة تتناسب مع ما تنتجه من المواد المكوّنة للأغذية.

هذا الكتاب هو محاولة لتقديم نماذج من الأطباق التي أنتجتها البيئة الجغرافية التي أعتزّ بالانتماء إليها وهي البيئة السورية المعروفة عند العرب ببلاد الشام، والتي أعتقد بأنها طوّرت أفضل الأغذية الصحيّة وألذّها على مرّ العصور.

أذكر ذلك ليس من باب التعصّب الشوفيني، وإنما من باب الحقيقة التي توصّلت إليها الدراسات الحديثة التي تعتبر أن مطبخنا هو الأفضل من الناحية الصحيّة.

بالطبع لكل مجتمع خصائصه، وأطعمته، ومنتجاته، ومنتوجاته، لكن مجتمعنا، على الرغم من تاريخه العاصف على كل الأصعدة السياسية والاجتماعية والاقتصادية، حافظ على مزايا هي بإعتقادي متجذّرة في نسيجه وتعود بأصولها إلى أجيال وأجيال. ومن هذه المزايا المطبخ السوري الغنيّ والعريق الذي يعتمد بشكل أساسي على المواد الطبيعية التي لا تمتزج فيها المواد المصنّعة، وإنما تتداخل فيه حضارات وثقافات وإثنيات متنوّعة انصهرت في الصحن السوري الذي يتميّز بالمواد الغذائية الضرورية لبناء جسم سليم وصحّي.

لقد اتخذت هذه المأكولات أشكالاً ونماذج متعدّدة في مختلف المتّحدات السورية. فتميّزت مدينة دمشق مثلاً بمأكولات شامية مثل الفتّات، الحمّص، غبرة الأوزي، النخاعات، اللسانات، الشاكرية، حرّة بأصبعه، القطايف والبرازق وغيرها. في حين اشتهرت مدينة حلب بالكباب الحلي، والمحاشي، والحلويات بأشكالها المتميّزة كالمبرومة، والكراييج، وكنافة أم النارين، وينسحب ذلك التنوّع على المناطق السورية الأخرى.

هذا الكتاب محوره الأساسي المطبخ السوري الحلي التقليدي الذي بات الكثير من وجباته مهدّداً بالانقراض سواء لعدم توثيقه من ناحية، أو نتيجة التغلغل السريع لأنماط الحياة الغربية في مجتمعاتنا، والذي جرف بطريقه العديد من طرق وأنماط الحياة في بلادنا.

لذلك عزمْتُ في هذا العمل على توثيق طريقة تحضير مجموعة من المأكولات الوطنية الصرفة والتي أصبح بعضها غير معروف. فعلى سبيل المثال، من يذكر من أجيالنا الحاضرة طريقة تحضير صحن المأمونية والذي يعود بتاريخه إلى عصر الخليفة المأمون؟ لقد جرت العادة في المنازل الحلبية أن يحضّر هذا الصحن أسبوعياً نظراً إلى رخص تكاليفه، ومكوّناته الغذائية الممتازة.

ليسمح لي القارئ بأن أختصر التنوّع الغذائي الضخم في بلادنا، بمدينة ولدْتُ وترعرعتُ في ظلّاتها، هي حلب الشهباء. حلب هذه تتميّز بالكثير الكثير الذي لا مجال للحديث عنه في هذه المقدمة. لكن بالتأكيد فإنّ من أبرز ما تتميز به هو أنواع الأطعمة المتنوّعة، والتي هي نتيجة روافد عديدة من المدينة وجوارها.

يكاد المرء يتعجّب لهذا التنوّع الغذائي الفريد الذي يبدو وكأنه مدروس بدقّة يكاد المرء يعتقد بأنه مبرمج في إحدى الجامعات التي تختصّ بغذاء الإنسان.

مطابخنا مغدّية ومتنوّعة سواء كانت في حلب، الموصل، دمشق، السويداء، القدس، غزة، البقاع، طرابلس، حمص وحماه، أو إدلب، أو السهول الخضراء في الرقّة ودير الزور وفي جميع الأرياف والمدن.

إنني أعتزّ بأن ما سأقدّمه للقارئ في هذا الكتاب ما يقارب الأربعمائة



تحضير الوجبات: سامر نهار و ربيع طعمة

تصوير: هلا محمود ويعرب معروف

رسم: اياس جعفر

النقوش: ربيع طعمة

تنفيذ الإخراج: منثنى حمزاوي

تصميم وإخراج: يعرب معروف



صحن سوري تقليدي متوارث من الأجداد والآباء. لقد تحاشيت ذكر أو وصف أي نوع من الأطباق الأجنبية التي انتشرت في بلادنا خلال نصف القرن المنصرم، وأستطيع القول بكل ثقة إن جميع أنواع الأطعمة التي قمت بشرح تكوينها قد جرى تحضيرها في منزلنا، سواء من قبل الوالدة طيّب الله ثراها، أو من قبلي في السنوات الأربعين الماضية. ولا بدّ من الإشارة إلى حقيقة يعرفها متذوّقو المأكولات، وهي أن الصحن والأطباق المحضّرة منزلياً تختلف من حيث الجودة والطعم عما يقدّم في معظم المطاعم.

في الختام لا بدّ لي من الإشارة إلى أنني لا أدعي إيفاء المطبخ الحلبي حقّه في هذا الكتاب. يكون قد سهى عن ذاكرتي صحن لم يتسنّ لي توثيقها. لكنّ الكمال دائماً لله وحده. وعلى أي حال، فإنّ جلّ ما أتمناه هو أن يكون هذا العمل قد أسهم في توثيق وحفظ طريقة تحضير العديد من المأكولات السورية، على أمل أن نرسخ في أجيالنا الجديدة الحبّ والتمسك بتراثنا الغذائي العريق الذي هو من الناحية العلمية الأفضل لتكوين الجسم البشري. كما أتمنّى على الإخوة والأخوات المهتمّين بتوثيق تراثنا الغذائي أن يكملوا ما قمت به، أو يدوّنوا ما سقطت من ذاكرتي، فبلادنا وأجيالنا بحاجة إلى الجسم السليم والعقل السليم، اللذين هما بالمحضلة النهائية نتيجة للغذاء السليم.

هنا بلول

بروكسل ٢٠٠٨-٣-١



السلطات

1. سلطة الأرضي شوكي

2. سلطة الشمندر والروكا

3. سلطة الفليفلة المشوية

4. سلطة الشمندر

5. سلطة السبانخ

6. سلطة الدجاج

7. سلطة الفجل

8. سلطة الخيار مع البندورة

9. سلطة الخس

10. سلطة الباذنجان المشوي

11. سلطة الجبنة مع البندورة

12. سلطة الزيتون مع الزعتر

13. سلطة الراهب

14. سلطة الكمأة

15. سلطة المعكرونة

16. سلطة البطاطا

17. سلطة الرمان

18. سلطة الملفوف مع الذرة

19. سلطة الفاصولياء الحب

20. سلطة هارون الرشيد

21. سلطة الزهرة بالليمون

22. سلطة الملفوف





سلطة الأرضي شوكة

المقادير:

5 أقراص أرضي شوكة منظّفة

عصير ليمون حامض

ملعقة طعام زيت زيتون

حصن ثوم مدقوق

طريقة التحضير:

يقطع قرص الشوكي إلى أجنحة ويضاف إليه الثوم المدقوق وعصير الليمون وزيت الزيتون والملح.

الأرضي شوكة:

نوع من الخضر الموسمية تأتي في فصل الربيع وهي مفيدة جداً خاصّة للكبد. تصنع منه أطعمة كثيرة، محاشي ومسقّعات وسلطات، ويمكن عصره أيضاً وعصيره نافع ومنشّط.

كيفية تنظيف الأرضي شوكة:

نغسل الأرضي الشوكي في الماء ثم نقطع الذنب ونقتلع قليلاً من الأوراق ونقطع بالسكين الشوكية إلى قسمين بالطول. ننظف قلب الشوكية ونترك القرص أي الجذر ونضع الأقراص في صحن فيه ماء وعصير الليمون ليبقى لونه أصفر جميل.

سلطة الشمندر والروكا

المقادير:

3 باقات روكا

3 حبات شمندر

حصان من الثوم مدقوقان

ملح

4 ملاعق زيت زيتون

عصير حبة واحدة من الليمون الحامض

طريقة التحضير:

نغسل أوراق الروكا جيداً وننشّفها

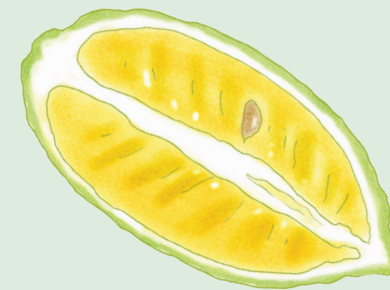
نسلق الشمندر بالماء

نقشر الشمندر ونقطّعه دوائر صغيرة

نخلط الليمون والخل والملح وزيت الزيتون والثوم

نضع الروكا مع الشمندر ونخلطه

نصب خليط الحامض مع الزيت ونحرّكه جيداً





سلطة الفليفلة المشوية

المقادير:

- 8 حبات فليفلة حمراء
- 6 حصوص من الثوم مدقوقة
- 1/4 باقة بقدونس صغيرة
- 6 ملاعق زيت زيتون
- رشة بهار أسود
- ملح

طريقة التحضير:

نغسل الفليفلة الحمراء وننشفها ثم نشويها على نار الفحم أو داخل الفرن مع التقليب بشكل مستمر حتى تنضج. نترك الفليفلة مدة ربع ساعة ثم نقشرها ونشقها بالطول وننظفها من البذور. نخلط الثوم المدقوق مع البهار والملح وزيت الزيتون نسقط الفليفلة داخل مزيج الزيت ونحركها نستطيع أيضاً شوي الباذنجان ليقدم معها.

سلطة الشمندر

المقادير:

- كيلو شمندر
- 1/2 باقة بقدونس
- 1/2 بصلة
- 1/4 كوب خلّ
- 1/2 كوب زيت الزيتون
- ملح

طريقة التحضير:

نغسل الشمندر جيداً بالماء ونضعه في القدر مع الماء على النار حتى ينضج. نقشر الشمندر ونقطعه قطعاً دائرية نفرم البصل أجنحة وننقه مع الملح والخل نخلط الشمندر بمزيج الخل والملح ونضيف الزيت نحرك الخليط ثم نضيف البقدونس ونحركه جيداً.





سلطة السبانخ

المقادير:

نصف كيلو من أوراق السبانخ

عصير حبة واحدة من الليمون الحامض

3 حصوص من الثوم مدقوقة

2/1 كوب خل

4/1 كوب طحينة

ملعقتان من زيت الزيتون

طريقة التحضير:

نغسل أوراق السبانخ واحدة بعد الأخرى بالماء البارد ثم نصفها

نفرم السبانخ على شكل خيوط

ندقّ الثوم مع الملح ونضيف إليه الحامض والخلّ وقليل من الماء

نضيف المزيج إلى الطحينة بشكل تدرّجي حتى يصبح ناعماً

يضاف السبانخ وزيت الزيتون ويحرّك جيداً.

المقادير:

كوبان من لحم الدجاج المقطّع أو المسلوق

3 رؤوس بصل أخضر مقطعة

جزرتان مبروشتان

ملعقة طعام من الجوز المقطّع

خسة

5/1 كوب زيت زيتون

4/1 فتجان خل تفاح

2/1 ملعقة صغيرة فلفل أسود

2/1 ملعقة ثوم مدقوق

طريقة التحضير:

نصب الخل والثوم والبصل والجزر والبهار والجوز المقطع والخس المقطّع

نخلط المكونات جيداً ونضعها في البراد لمدة ساعة واحدة.



سلطة الفجل

المقادير:

8 كيلو فجل من القياس الكبير (البلدي)

بصلة

3 ملاعق من عصير الليمون الحامض

ملعقتان من زيت الزيتون

2/1 باقة بقدونس مفروم

ملح

طريقة التحضير:

نغسل الفليفلّة الحمراء وننشّفها ثم نشويها على نار الفحم أو داخل الفرن مع التقليب بشكل مستمرّ حتى تنضج.

نترك الفليفلّة مدّة ربع ساعة ثم نقشّرها ونشقّها بالطول ونظّفها من البذور.

نخلط الثوم المدقوق مع البهار والملح وزيت الزيتون

نسقط الفليفلّة داخل مزيج الزيت ونحرّكها

نستطيع أيضاً شوي الباذنجان ليقدّم معها.

سلطة الخيار مع البندورة (السلطة الأرمنية)

المقادير:

نصف كيلو بندورة

ربع كيلو خيار

حصان من الثوم مدقوقان

رشة كمون

ملح

3 ملاعق زيت زيتون

حبة واحدة من الفليفلّة الخضراء الحلوة

6 عروق بقدونس

2/1 فتجان من عصير الليمون الحامض

طريقة التحضير:

تقرم البندورة ناعماً

يفسل الخيار ويقشر ويقطع بالطول ثم يفرم ناعماً

نغسل الفليفلّة ونقطعها قطعاً صغيرة ناعمة

نغسل البقدونس ونفرمه ناعماً أيضاً

نخلط المزيج ونصب عليه الملح والكمون والثوم المدقوق ونحرّكه ثم نضيف زيت الزيتون.





سلطة الخس

المقادير:

خسة واحدة

رأسان من البصل الأخضر

ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

ملعقتان من الخل

ملقتان من زيت الزيتون

طريقة التحضير:

يغسل الخس ورقة بعد الأخرى بالماء البارد

نقطع الخس تقطيعاً متوسطاً

نقطع البصل قطعاً صغيرة

نخلط الخس مع الخل والملح والفليفلة الحمراء ونضيف زيت الزيتون.



سلطة الباذنجان المشوي

المقادير:

كيلو باذنجان

حبة بندورة واحدة

بصلة

ملعقة رب الرمان

ملعقة كبيرة من عصير الليمون

ملعقتان من زيت الزيتون

عرق تفاح أخضر

عرق بقდونس

ملح

طريقة التحضير:

نشوي الباذنجان بالفرن وذلك بعد أن يقطع رأس الباذنجان ويجرح بالسكين

نقشّر الباذنجان ونقطّعه قطعاً متوسطاً الحجم

نقطع البصل أجنحة

نورق البقدونس بعد غسله وتنشيفه

نغسل النعناع ونشّفه ثم نورّقه

نقطع البندورة قطعاً متوسطاً

نخلط البندورة مع الباذنجان والبقدونس والبصل والنعناع

نضيف رب الرمان والليمون والملح والزيت ونخلطه جيداً.





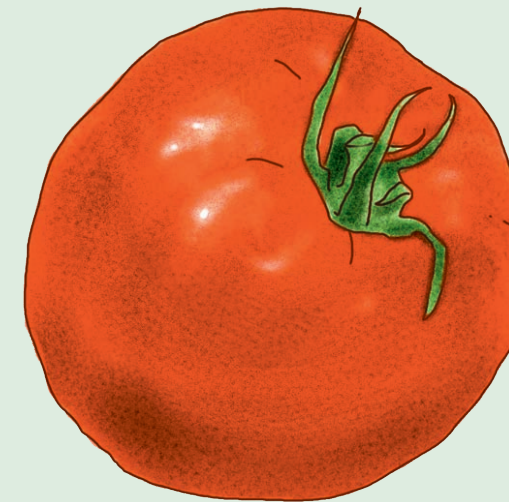
سلطة الجبنة مع بندورة

المقادير:

- ربع كيلو بندورة
- 200 غرام من الجبنة البيضاء الحلو (عكاوي أو أي نوع جبنة بيضاء)
- رأسان من البصل الأخضر
- ملعقتان من زيت الزيتون
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون الحامض
- عرقان من النعناع الأخضر
- حبة فليفلة خضراء حلوة

طريقة التحضير:

- نقطع الجبنة
- نغسل البندورة ونقطعها دوائر ونفرمها قطعاً صغيرة
- نقطع البصل قطعاً صغيرة
- نورق النعناع ونغسله ونقطع كل حبة إلى قطعتين
- نقطع الفليفلة الخضراء إلى قطع صغيرة
- نضيف البندورة إلى الجبنة
- نضيف البصل والفليفلة وعصير الليمون الحامض والنعناع والملح والزيت
- نخلط المواد جيداً.





سلطة الزيتون مع الزعتر

المقادير:

كوب من الزيتون

2/1 كوب زعتر أخضر

بصلة

4 ملاعق من عصير الليمون الحامض

3 ملاعق من زيت الزيتون

رشة فليفلة حمراء مطحونة

رشة كمون

ملح

طريقة التحضير:

تنزع البزر من الزيتون

نغسل الزعتر ونورّقه

نقطع البصل أجنحة

نخلط الزيتون مع الزعتر والبصل والكمون والفليفلة الحمراء وزيت الزيتون.





سلطة الراهب

المقادير:

3 حبات باذنجان قياس كبير

حبتان من الخيار

2/1 باقة بقდونس مفروم

4 حصوص من الثوم مدقوقة

بصلة مفرومة ناعماً

حبتان من البندورة

2/1 كوب حب رمان

زيت زيتون

ملح

طريقة التحضير:

ينشوي الباذنجان في الفرن

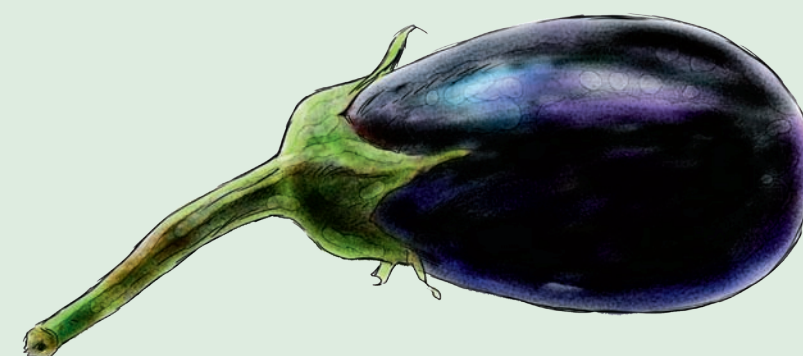
نقطع الخيار بشكل دوائر صغيرة

نقطع البندورة قطعاً متوسطاً

نقشر الباذنجان ونقطّعه قطعاً كبيرة

نخلط المواد جيداً ونضيف الزيت على الوجه

نضع حبوب الرمان على وجه الصحن.



سلطة الكمأة

المقادير:

نصف كيلو كمأة

ملعقتان من عصير الليمون الحامض

رشة ملح

3 ملاعق طعام من زيت الزيتون

عرق بقدونس مفروم

تنظيف الكمأة

تنقع الكمأة بالماء الفاتر وتفرك حتى تزال الأتربة عنها، بعد ذلك تقشر بواسطة السكين بشكل حفيف للتأكد من زوال الأتربة.

تغسل بالماء عدة مرات

طريقة تحضير السلطة

نضع الكمأة مع الماء ورشة ملح ونسلقها جيداً ثم نصفوها من الماء ونقطّعها قطعاً متوسطاً الحجم

ونرشّ عليها الملح والليمون وزيت الزيتون ونزيّن الصحن بالبقدونس المفروم.



سلطة الرمان

المقادير:

كوبان من البقدونس المفروم ناعماً

كوب كزبرة خضراء مقطّعة ناعماً

كوبان من الجرجير المقطّع ناعماً

كوب من عصير الرمان

رمانة واحدة

الصلصة:

ملعقة رب الرمان

ملعقتان من زيت الزيتون

4/1 ملعقة سكر

2/1 ملعقة من عصير الليمون الحامض

2/1 حصّ ثوم مدقوق

طريقة التحضير:

نخلط البقدونس مع الكزبرة والجرجير

نخلط عصير الرمان مع رب الرمان والسكر والزيت والليمون والثوم

نضيف الخليط إلى جاط الخضرة ونحرّكه

نضع حب الرمان على وجه الجاط ونقدّمه.

سلطة الملفوف والذرة

المقادير:

نصف كوب ذرة مسلوقة

كوب ملفوف مقطّع

3 حصوص ثوم

4 ملاعق من عصير الليمون الحامض

4 حبات جزر متوسّطة الحجم

3 ملاعق زيت زيتون

طريقة تحضير السلطة

نغسل الجزر ونبرشه

نغسل الملفوف ونقطعه أجنحة صغيرة

ندق الثوم

نخلط المكونات كلها ونضعها في جاط ثم نضيف إليها عصير الليمون والملح ونحرّكها ثم نصب فوقها زيت الزيتون.



المقادير:

علبة معكرونة حلزونية

250 غراماً من اللبن

نصف حبة من الليمون الحامض

ملعقة طعام ثوم

ثلاث ملاعق صغيرة نعناع

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

تسلق المعكرونة في الماء مع ملعقة من الزيت ورشة ملح مدّة 7-8 دقيقة

تصفّى المعكرونة بعد أن تتضج

نخلط المقادير جيداً ويضاف إليها القليل من الماء ثم نوضع فوق المعكرونة وتقدّم باردة.

سلطة البطاطا

المقادير:

كيلو بطاطا

2/1 باقة بقدونس

بصلة صغيرة

حصان من الثوم

2/1 فتجان من عصير الليمون الحامض

رشة كمون مطحون

رشة فلفل أحمر

4 ملاعق طعام زيت زيتون

طريقة التحضير:

تغسل البطاطا وتسلق في الماء والملح ثم تترك حتى تبرد

نقشر البطاطا ونقطّعها مكعبات

نغسل البقدونس ونقطعه قطعاً صغيرة

نفرم البصل جوانح

ندق الثوم

نخلط المكونات ثم نضيف الليمون وزيت الزيتون

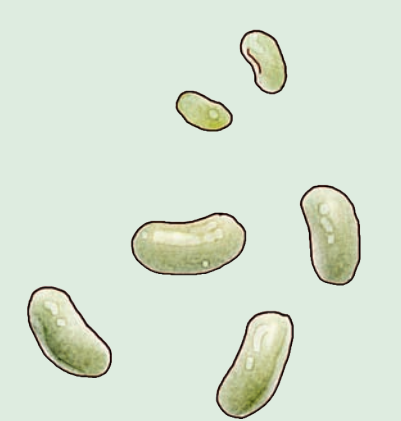
نرشّ البقدونس والكمون فوقها.



سلطة الفاصولياء الحب

المقادير:

- نصف كيلو فاصولياء حب
- ملعقة طعام بقდونس مفروم ناعماً
- 4 ملاعق زيت زيتون
- ملعقتان صغيرتان من الملح
- 4 ملاعق من عصير الليمون الحامض
- بصلة كبيرة مفرومة ناعماً



طريقة التحضير:

ننقع الفاصولياء مدّة 3-4 ساعات ثم نغسلها ونسلقها على النار ونتركها تبرّد
نخلط الفاصولياء مع البصل والبقدونس
ثم نضعها في طبق التقديم ونصب عليها الزيت والملح والليمون والثوم ونقدّمها.

سلطة هارون الرشيد

المقادير:

- صدر دجاج أبيض
- رشة بهار أبيض
- ملعقة صغيرة كزبرة يابسة
- 2/1 كوب من عصير الليمون الحامض
- 3 ملاعق زيت زيتون
- رشة قرفة
- رشة كمون

طريقة التحضير:

يسلق صدر الدجاج في الماء مع البهارات المشكلة (7 بهارات)
بعد أن ينضج، يفسخ باليد ثم نضيف إليه بهار أبيض وكزبرة يابسة وعصير الليمون وزيت الزيتون والملح والكمون والقرفة ونخلط جيداً
يقدم مع الطرخون والتنعناع الأخضر.

سلطة الزهرة بالليمون والبقدونس

المقادير:

- كيلو زهرة
- 2/1 فتجان من عصير الليمون الحامض
- ملعقتان من البقدونس المفروم ناعماً
- رشة ملح
- 3 ملاعق طعام زيت زيتون

طريقة التحضير:

نسلق الزهرة بعد تقطيعها ثم نضعها في مصفاة مع رشة ملح ونخلطها ونتركها مدّة نصف ساعة
نخلط الليمون مع الزيت ونصبّه فوق الزهرة بعد وضعها في الطبق.
نحرّك المزيج ونزيّن بالبقدونس قبل التقديم.

سلطة الملفوف

المقادير:

- 2/1 رأس ملفوف صغير
- ملعقة صغيرة سماق
- ملعقتان من عصير الليمون الحامض
- بصلة مفرومة أجنحة
- رشة كمون
- 3 ملاعق زيت زيتون
- ملح

طريقة تحضير السلطة

يغسل الملفوف جيداً بالماء البارد
يفرم أجنحة صغيرة ثم يفرك بالملح والسماق
نرش عليه الكمون ونضعه في وعاء
نصب عليه عصير الليمون وزيت الزيتون ونخلطه جيداً.



المقبلات

- 1- المحمّرة
- 2- بيواظ
- 3- الباطرش الحموي
- 4- الفتوش
- 5- التبولة
- 6- ضلوع السلق بالطحينة
- 7- قرع متبل بالطحينة
- 8- مسبحة الفقراء
- 9- البقدونسية
- 10- سلطة باللبن
- 11- خيار باللبن
- 12- الصنوبر مع الليمون
- 12- الصنوبر مع الليمون
- 13- متبل الباذنجان
- 14- متبل بالكوسا
- 15- متبل البطاطا
- 16- البسطرما





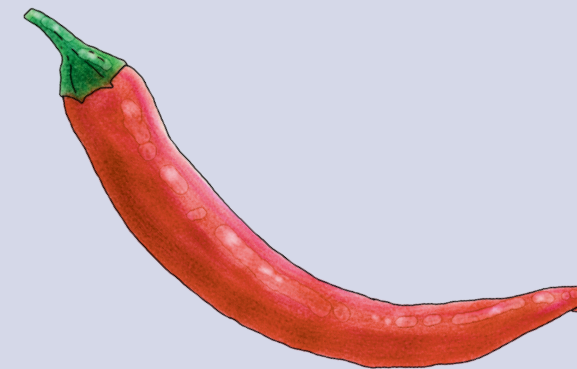
المخمرة

المقادير:

- كوب ونصف فليفلة حمراء ناعمة
- 3 كعكات مدقوقة من دون سمسم
- 250 غراماً من الجوز
- 100 غرام من الصنوبر
- بصلة مفرومة ناعماً ويفضل طحنها
- 2/1 كوب رب الرمان
- 4/1 كوب من عصير الليمون الحامض
- ملعقتا طعام من السكر
- رشة كمون
- 2/1 كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نخلط الفليفلة مع الكعك المدقوق ونضيف كوبين من الماء... نحرك جيداً ونضيف البصل وكمية الجوز المفروم ناعماً. ونضيف الكمون والسكر وعصير الليمون ورب الرمان ونخلط جيداً.. ثم نضيف زيت الزيتون ونخلط جيداً ونضع كمية الجوز المفروم على وجه الصحن وكذلك الصنوبر. يقدم هذا الطبق مع الكبة والسمك. نرش الفليفلة الحمراء والملح على البقدونس ونضيف عصير الليمونة يصف الليمون المقطع على أطراف الجاط يقدم هذا الطبق مع اللحم المشوية واللحمة الكباب المشوية.





بيواظ

المقادير:

- باقتان من البقدونس
- ربع كيلو ليمون حامض
- حبتان من البصل
- ملعقة طعام سماق مطحون
- رشة ملح
- ملعقة صغيرة فليفلة حمراء مطحونة

طريقة التحضير:

- ينقى البقدونس ويغسل بالماء البارد جيداً
- يفرم البقدونس ناعماً
- يفرم البصل أجنحة
- نفرك البصل بالسماق
- نضع البقدونس في وعاء
- نقطع الليمون بشكل أقمار ونخلطه مع البقدونس
- نعصر ليمونة واحدة





الباطرش الجموي

المقادير:

- كيلو باذنجان
- نصف كيلو لبن
- ملعقة صغيرة طحينة
- نصف كيلو بندورة
- حصّان من الثوم مدقوقان
- نصف باقة بقدونس مفروم ناعماً
- نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً
- ملعقتا طعام من السمّنة العربية
- 2/1 فتجان صنوبر
- 2/1 فتجان لوز (مسلوق ومقشّر)

طريقة التحضير:

- نشوي الباذنجان في الفرن (أو على الفحم)
- نقشّره ونطحنه بالشوكة
- نخفق اللبن مع الثوم والطحينة
- نقلي اللحمة بالسمّنة
- نعصر البندورة ونضعها على النار مدّة ربع ساعة
- نضع الباذنجان في صحن عميق ونضيف فوقه اللبن والثوم والطحينة ونخلطه جيداً
- نمدّ الخليط في الطبق ثم نصبّ عصير البندورة فوقه واللحمة المقلية واللوز والصنوبر المقلي
- ثم نرش البقدونس.
- يقدّم معه الخبز السوري أو خبز الصاج.



الفنوش

المقادير:

- 3 حبات بندورة
- 4/1 كوب بصل مفروم
- 3 حبات خيار
- 4 رؤوس بصل أخضر
- 2/1 رغيف خبز عربي محمّص
- 1 حبة فليفلة خضراء
- 2/1 ملعقة سماق مطحون
- 4/1 كوب من ورق البقلة
- 1 كوب بقدونس
- 1 ملعقة طعام نعناع أخضر
- ملعقتان من الخل
- 2/1 ملعقة نعناع يابس
- حصان من الثوم مدقوقان
- 2/1 كوب من عصير الليمون (أو عصير الحصرم)
- 2/1 كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

- ننغسل جميع الخضر بالماء البارد ونصفّيها
- نقطع جميع الخضر تقطيعاً خشناً
- نقطع الخبز المحمص قطعاً صغيرة ونتركها جانباً
- نخلط الثوم مع الليمون الحامض والملح والزيت الزيتون والسماق والنعناع اليابس جيداً
- نخلط الخضر المقطّعة ونضيف إليها خليط الثوم والخل
- نخلط الخليط مع الخبز المحمص.
- يقدّم هذا الطبق فور تجهيزه.





نبولة

المقادير:

- حبتان من البندورة
- 1 باقة بققدونس
- 4/1 باقة نعناع أخضر
- حبة من البصل ورأسان من البصل الأخضر
- حبتان من الليمون الحامض
- 4/1 فتجان برغل ناعم
- 2/1 فتجان زيت الزيتون
- رشة بهار
- ملح

طريقة التحضير:

- نغسل البقدونس بعد أن ننقيّه من الشوائب
- نفرم البقدونس ناعماً
- نورق النعناع الأخضر ونغسله جيداً بالماء البارد ونشّفه
- نفرم النعناع
- نفرم البصل ونضعه جانباً بعد أن نرشّ عليه البهار
- نعصر الليمون
- نفرم البندورة ناعماً بعد تقشيرها
- نخلط البقدونس مع البصل والنعناع والملح، ونرش البرغل على الوجه ونحركه، ثم نضيف عصير الليمون وزيت الزيتون.





ضلع السلق بالطحينة

المقادير:

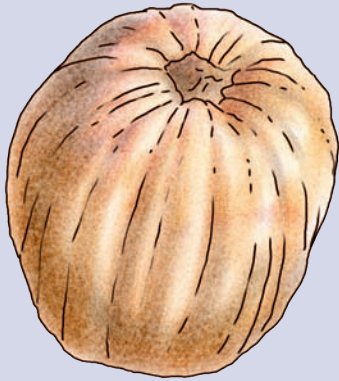
- 1 كغ من السلق
- ملعقتا طعام من الصنوبر
- 4/3 كوب طحينة
- 4 ملاعق طعام عصير الليمون
- 4/1 كوب ماء
- ملح
- 3 ملاعق من زيت الزيتون
- ملعقتان صغيرتان من الثوم المدقوق

طريقة التحضير:

يدقّ الثوم مع الملح ونخلطه مع عصير الليمون ونضعه فوق الطحينة ونخفقه جيداً
نفصل الورق عن الضلع ونقشر الضلع من الرأس إلى الأسفل
نتأكد من عدم وجود الحشرات
نغسله جيداً ونقطّعه قطعاً متوسطة ثم نسلقه في الماء مع رشّة ملح
نصفيه بالمصفاة ونتركه حتى ينشف
نحمّر الصنوبر مع ملعقة من الزيت
نضيف الضلع إلى الطحينة ونحرّكها بالشوكة ثم نضيف زيت الزيتون على الوجه ونرشّ الصنوبر.



فرع منبل بالطحينة



المقادير:

- نصف كيلو قرع (قرع شتوي)
- 4/3 كوب طحينة
- 3 حصوص من الثوم
- عصير حبتين من الليمون الحامض
- نصف باقة بققدونس
- ملح
- رشّة كمون
- طريقة التحضير:
- نقشّر القرع وتنظّفه من البزر ونسلقه في الماء
- نتركه على النار مدّة نصف ساعة
- نضع القرع في المصفاة ونتركه حتى ينشف
- نطحن القرع المسلوّق في آلة الطحن ثم نضيف عصير الليمون إلى الطحينة والثوم ونخفقه جيداً
- نضيف الخليط إلى القرع المطحون ونحرّكه ثم نرشّ على الوجه رشّة كمون ونضع البقدونس فوقه.

مسبحة الففراء

المقادير:

- 3 حبات من البصل المقطّع إلى جوانح
- 4 حصوص من الثوم مدقوقة
- ربع كيلو بندورة مقطّعة دوائر
- ربع كيلو باذنجان مقطّعة دوائر
- ربع كيلو كوسا مقطّعة دوائر
- ملح
- كمون
- ملعقتان من زيت الزيتون
- طريقة التحضير:
- نضع الزيت في القدر ونضع فوقه البصل والثوم
- نضيف الكوسا والباذنجان والبندورة ونقلبها جيداً
- نضيف كوباً من الماء وعند نضوج الخضر نتركها حتى تبرد وتقدّم.



البقدونسية

المقادير:

باقتان من البقدونس

4 ملاعق طعام طحينة

حصان من الثوم مفرومان

8 ملاعق عصير الليمون

رشة كمون

رشة فليفلة حمراء

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نغسل البقدونس ونفرمه ناعماً

نخلط الطحينة مع قليل من الماء ونضيف الملح مع عصير الليمون والبهارات والثوم والبقدونس ونحرّك الخليط بالشوكة

يقدم هذا الطبق مع السمك.

سلق باللبن

المقادير:

كيلو سلق

4 أكواب من اللبن

5 حصوص من الثوم

ملعقة طعام صنوبر مقلي

طريقة التحضير:

يفصل الورق عن الضلوع

نأخذ الضلع ونترع عنها الخيوط الموجودة على طولها

نقطّعها مربعات ونسلقها في الماء وعند نضوجها نصفها في مصفاة لكي نتخلّص من الماء

نخلط الضلوع مع اللبن ونضع الثوم ونحرّكها بالشوكة

نضع الصنوبر المقلي على الوجه.

المقادير:

نصف كيلو من الخيار

كيلو لبن

2/1 ملعقة نعناع يابس

حصّان من الثوم

طريقة التحضير:

نغسل الخيار ونشّفه ثم نقشّره ونقطعه قطعاً صغيرة

نضع اللبن مع الثوم المدقوق ونخفقه ثم نضيف الخيار والنعناع اليابس.

الصنوبر مع الليمون

المقادير:

ربع كيلو من الصنوبر

ربع كيلو من الجوز

7 ملاعق طعام من عصير الليمون الحامض

4 ملاعق من زيت الزيتون

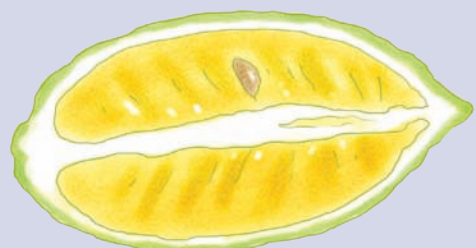
طريقة التحضير:

نطحن الجوز ونطحن الصنوبر

نخلط جيداً ونضيف الليمون والملح وزيت الزيتون ونحرّك جيداً

نضع القليل من الماء إذا احتاج الأمر

يقدم هذا الصحن مع السمك المقلي.





منبّل الباذنجان

المقادير:

كيلو باذنجان

6 ملاعق طعام عصير الحصرم (أو عصير الليمون)

كوب طحينة

ملعقتا طعام من الماء

حبة واحدة من البندورة

3 ملاعق طعام من زيت الزيتون

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

يشوى الباذنجان في الفرن ويترك حتى يبرد

تنزع القشر عنه ونهرسه بالشوكة

نخلط الطحينة مع عصير الحامض والملح جيداً ثم نضيفها إلى الباذنجان المهروس

نحرّك المزيج

نصبّ الباذنجان في الطبق ونضع على الوجه زيت الزيتون..

نزيّنه بقطع البندورة الدائرية.

منبّل الكوسا

المقادير:

5 حبات من الكوسا

ملعقتان كبيرتان من الطحينة

فتجان زيت زيتون

حبتان من الليمون الحامض

عرقان من البقدونس

حص ثوم مدقوق

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نقطع الكوسا شرائح ونقليها بالزيت إلى أن يصبح لونها ذهبي، نطحن الكوسا مع جميع المكونات وتوضع في صحن يزين بالبقدونس

المقادير:

كيلو بطاطا صغيرة مقشّرة

كوبان من اللبن

كوب طحينة

عصير 4 حبات من الليمون الحامض

4 حصوص من الثوم

كوب ماء

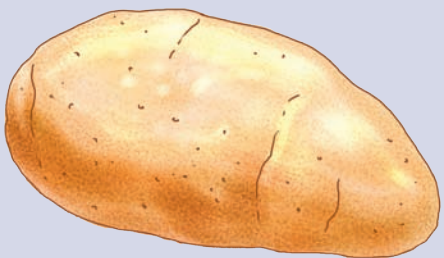
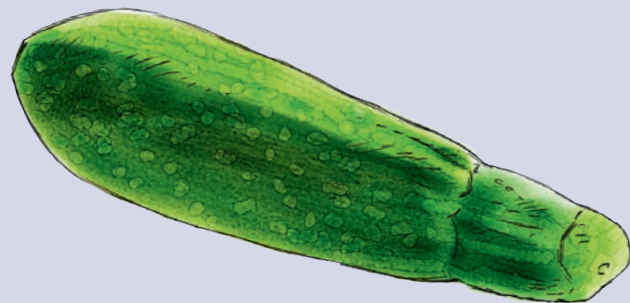
عرق بقدونس

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نسلق البطاطا في الماء مع الملح ثم نقشّرها ونقطّعها

نضع البطاطا المقطّعة مع كل المقادير ونهرسها جيداً، ثم نضعها في طبق ونزيّنها بالبقدونس.





البسطرما

المقادير:

- 3 كيلو فتايل عجل أو غنم (لينة) من دون دهن
- نصف كيلو ملح
- مقادير الخلطة:
- 1/2 كوب شما (حلبة مطحونة)
- 2/3 كوب طحين
- 3 ملاعق كبيرة صبغة كرز
- ملعقة بهار
- 1/4 كوب كزبرة مطحونة
- 1/4 كوب كمون
- 1/2 كوب فليفلة حمراء مطحونة ناعماً

طريقة التحضير:

نثقب كل فتيلة بالسكين عدّة مرات
 يدخل الملح في الثقوب وتتقع الفتايل في الماء والملح مدّة 24 ساعة أو أكثر.
 توضع الفتايل في المصفاة وتكبس ليذهب الملح والدم
 تتبلل الفتايل بالشما وتعلّق بالخيط المربوط منها لتنشف جيداً
 ندقّ الثوم مع شما مع صبغة حمراء (صبغة الكرز) مع الفليفلة الحمراء حتى تصبح كالكرامة
 ندهن كل قطعة أو ننقعها حتى الصباح بالكرامة.. وفي اليوم الثاني ندهنها بأيدينا ونضعها في مكان مغلق لا يوجد فيه هواء مدّة 3 أيام حتى تجفّ
 نلفّ كل واحدة بقطعة شاش أو نايلون وتوضع في البراد
 ملاحظة: عند مسكها باليد لا تبتلّ اليد
 تعدّ البسطرما من المقبلات اللذيذة





الشوربات

1- شوربة الخضار

2- شوربة البندورة بالريحان

3- شوربة النفاسى

4- شوربة القرنبيط

5- شوربة الشعيرية

6- شوربة الكشك

7- شوربة الكشك طريقة ثانية

8- طريقة عمل الكشك

9- رشتا بالعدس

10- اللبّنية

11- شوربة العدس

12- شوربة القمح





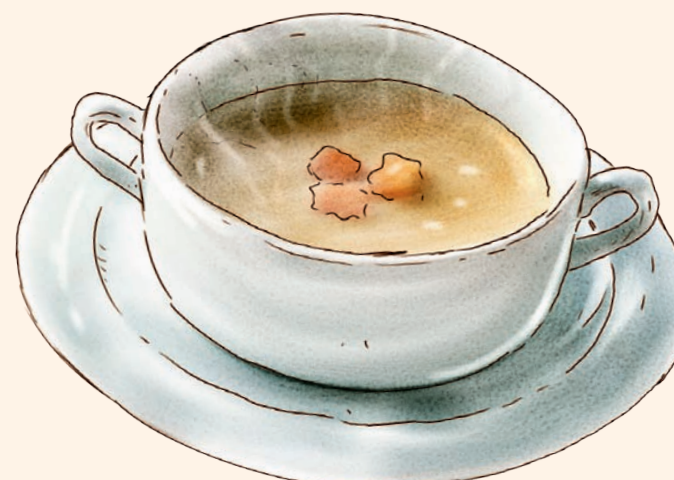
شوربة الخضر

المقادير:

- دجاجة واحدة
- 3 حبات من الجزر
- حبّتان من الكوسا
- حبّتان من البطاطا
- بصلة واحدة
- كوب من البازلاء الطازجة
- ملعقتان من السمنة
- 2/1 ملعقة صغيرة من البهار
- 3-2 حبات هال
- ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نغسل البطاطا ونقطّعها قطعاً صغيرة وكذلك الكوسا والجزر.
ينظّف الدجاج جيداً ويغسل بالماء البارد ثم ينزع الجلد عنه ونقطّعه قطعاً صغيرة
يقشر البصل ويفرم ناعماً
نضع السمنة على النار ويضاف إليه البصل المفروم ويحرّك حتى يصبح لونه أصفر، تضاف قطع الدجاج وتقلب مع البصل مدّة 10 دقائق، ثم نضيف البندورة وكمية من الماء تغمر الدجاج.
نتركه على النار حتى يصبح نصف ناضج، ثم نضيف البازلاء والبهار والهال والكوسا والبطاطا والملح. ونتركه على نار خفيفة مدّة ساعة تقريباً حتى تتضج الخضر والدجاج معاً.



شوربة البندورة بالريحان

المقادير:

- كوب ريحان أخضر (الورق فقط)
- بصلة واحدة كبيرة
- 5 أكواب مرقة دجاج
- 5 حبات بندورة
- ملعقتان من زيت الزيتون
- ملعقة كبيرة من الزنجبيل

طريقة التحضير:

نضع الزيت في القدر على النار ونضيف إليه البصل المفروم ناعماً والزنجبيل، ونقلبه حتى يصبح لونه بنياً.
تقطّع البندورة وتضاف إلى المزيج وتطهى مدّة 10 دقائق مع التحريك بين الحين والآخر.
نضيف مرقة الدجاج ونتركها على نار خفيفة مدّة 20 دقيقة، يضاف الريحان وترفع عن النار وتترك حتى تبرد..
نضيف المكونات داخل الخلاط الكهربائي ونخلط على درجة عالية حتى يصبح المزيج ناعماً.
تصفّى وتغلى مدّة دقيقة واحدة وتقدّم ساخن





شوربة النفاسر

المقادير:

2/1 كيلو لحمة كباب (لحمة غنم مفرومة ناعماً)

3 ملاعق من السمنة

كوب ماء

2/1 ملعقة من رب البندورة

رشة بهار

رشة قرفة

ملح

ربع فنجان من الأرز

ربطة بقدونس

طريقة التحضير:

نخلط اللحمة المفرومة مع الملح والتوابل ونصنع منها كرات بحجم حبات الجوز.

توضع السمنة على النار وتقلي اللحمة

نضيف الماء إلى اللحمة ونتركها تغلي

نغسل الأرز ونضعه في الماء مع القليل من البقدونس.

ندوب رب البندورة ونضيفه فوق الماء مع اللحمة والأرز ونتركه يغلي على نار خفيفة حتى ينضج الأرز

نسكب الشوربة في الطبق ونرش فوقها القرفة ونضيف الكمية المتبقية من البقدونس على الوجه.

ملحظة:

هذه الشوربة تقدّمها كل أم إلى ابنتها بعد ولادة طفلها من أجل غزارة الحليب وإرضاع الطفل

شوربة القرنبيط

المقادير:

رأس قرنبيط

حبّتان من البطاطا

2/1 ملعقة صغيرة بهار مشكل

كوب حليب

4/1 كوب طحين

رغيف خبز عربي

ملح

ملعقتان صغيرتان من الزبدة

3 أكواب مرقة دجاج

طريقة التحضير:

نغسل القرنبيط ونقطّعه

نسلق البطاطا ونقشّرها

نطحن القرنبيط مع البطاطا في المطحنة مع رشة ملح

نضع الزبدة في المقلاة ونضع الطحين ونحرّكه ثم نضيف الحليب بالتدريج ونتركه يغلي على نار هادئة.

نضع مرقة الدجاج على النار ونصب فوقها خليط الزبدة مع الطحين والحليب.

نضع القرنبيط مع البطاطا والملح والبهار ونحرّك بشكل مستمرّ

نتركها تغلي حتى تصبح أقل كثافة من اللبن

نزيّن الشوربة بالقليل من البقدونس المفروم ناعماً

نحمص رغيف خبز في الفرن ونقطّعه قطعاً صغيرة.





شوربة الشعيرية

المقادير:

2 لتر من مرقة الدجاج

40 غراماً من السمنة

3 ملاعق كبيرة من الشعيرية

ملح - بهار - قرفة

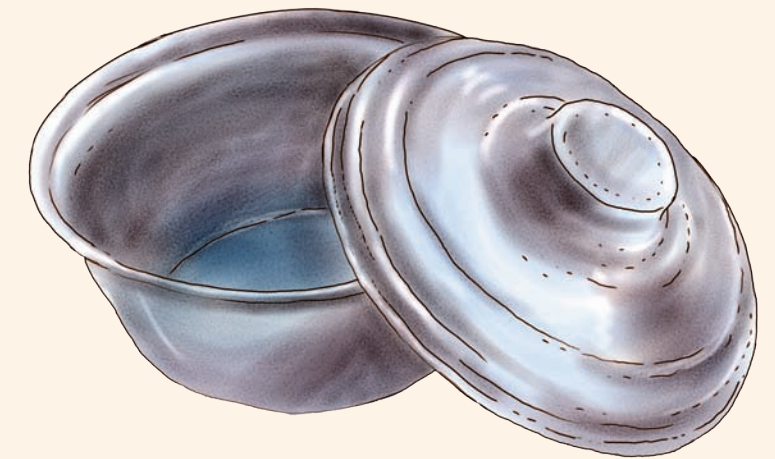
ملعقة من الطحين

طريقة التحضير:

نغلي مرقة الدجاج على النار ثم نضيف إليها الشعيرية والملح والبهار ورشة قرفة

نضع السمنة في المقلاة ونضيف الطحين ونحرّكه ثم نضيفه إلى الشوربة قليلاً قليلاً مع التحريك ونتركه يغلي مدّة 10 دقائق..

نسكب الشوربة ونقدّمها ساخنة مع خبز محمّص.





شوربة الكشك

المقادير:

كمية من كرات الكشك ننقعها في الماء الساخن ونتركها جانباً

5 بصلات مفرومة ناعماً

كيلو لحمة هبرة مقطّعة قطعاً صغيرة

ملعقتان من السمنة

طريقة النضير:

نضع السمنة في القدر

نضيف البصلة إلى السمنة ونحرّكها حتى يصفرّ لونها

نضيف اللحمة ونقليها معها

نضيف الكشك مع الماء الموجود فوقه إلى اللحمة ونتركه على نار خفيفة ونحرّك حتى الغليان، ثم نتركه على النار حتى تتضج اللحمة مع الكشك.

نضيف بقية السمنة فوق الشوربة

تقدّم ساخنة

ملاحظة:

يمكن طحن الكشك عوضاً عن نغعه بالماء.

يصبح كالبودرة فيصبّ فوق اللحم أو الدجاج المسلوق تدريجياً مع التحريك الدائم.

طريقة ثانية لشوربة الكشك

المقادير:

4 ملاعق كبيرة من السمنة

ملعقتان من الثوم المدقوق

ملعقتان من الثوم الحب

نصف كيلو لحمة مفرومة خشناً

6 أكواب من مرقّة اللحم

كوب كشك مطحون

ملح حسب الطلب

طريقة النضير:

نضع السمنة في القدر على النار ونضيف الثوم المدقوق وفصوص الثوم.

نضيف بعد دقائق اللحمة المفرومة

نحرّك اللحمة وبعد 15 دقيقة نضيف الكشك ونحرّكه

نضيف مرقّة اللحم ونحرّك جيداً وباستمرار ونتركها على النار حتى تشتدّ الصلصة وتقدّم ساخنة.

طريقة صنع الكشك

في الأرياف حيث يكثر الحليب واللبن، يحضّرون الكشك ويحفظونه لصنع الشوربا والفطائر وغيره. وهو لذيذ الطعم.

ينقع البرغل (مقدار 3 كيلو برغل) بعد ان نتقيّه ونغسله بالماء البارد.

نضيف إليه 3 كيلو من اللبن

نضيف اللبن يومياً على مدّة 3 أيام إلى أن يتشرّب البرغل اللبن.

نضيف كمّية من الملح ونحرّكه ونضيف ورق البطن (موجود في الأحراش) وذلك حتى يجمد اللبن مع البرغل فيصبح عجينة جامدة.

نحضر القليل من اللبنة ونخلطها معه ونقطعه إلى قطع بشكل كرات ونضعها في طبق ونعرّضها إلى أشعة الشمس إلى أن تتشف

تحفظ في المرطبان وتخزن للشتاء

ملاحظة:

ورق البطن يعطيه نكهة طيبة.

هذا الصنف من الأطعمة معروف في المناطق الباردة مثل النيك، ويبرود، وخاصّة في المناطق الجبلية في أيام الشتاء البارد ويستعمل في الشوربات

والكبة والفطائر.



اللبنية

المقادير:

- 6 أكواب من اللبن
- ملعقتان كبيرتان من دقيق الذرة المذوب في الماء
- صفار بيضة واحدة
- 2/1 كوب ماء
- حصان من الثوم مدقوقان
- ملعقة كبيرة من النعناع اليابس
- 2/1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

طريقة التحضير:

نضع اللبن في الوعاء مع دقيق الذرة المذوب ونحرّكه حتى يمتزج جيداً
نسخن اللبن على نار هادئة حتى يبدأ بالغليان مع التحريك باستمرار
يضاف الثوم المدقوق مع النعناع ويترك الوعاء على نار هادئة من دون غطاء مدّة 10 دقائق..





شوربة العدس

المقادير:

- كوب عدس أسمر
- ملعقتا طعام أرز
- 6 أكواب ماء
- 2/1 ملعقة ملح
- 2/1 ملعقة كمون مطحون
- 4/1 ملعقة بهار مطحون
- بصلة مفرومة ناعماً
- ملعقة زيت الزيتون
- 4/1 كوب بقدونس مفروم ناعماً
- كوب خبز محمص
- 3 ملاعق كبيرة من الليمون الحامض

طريقة التحضير:

يغسل العدس ويصفى ثم يغسل الأرز ويصفى
نضع العدس والأرز في القدر مع الماء على النار حتى يغلي المزيج ثم نغطّي القدر ونتركه على نار خفيفة 60 دقيقة
نرفع القدر عن النار ونأخذ المزيج ونطحنه في المطحنة اليدوية ونضيف إليه كوب من الماء أثناء الطحن
نضع المزيج في القدر ونضيف إليه الملح والبهار والبصلة المفرومة المقلية بالزيت ونتركه يغلي مدة 10 دقائق
نزيّن الشوربة بالبقدونس ونقدّمها مع الخبز المحمص وعصير الليمون الحامض.





شوربة الفهم

المقادير:

كوب قمح حب

500 غ لحم

خضار مشكلة: 100 غ فاصولياء

100 غ جزر

100 غ قرع

عصير ليمون واحدة - بصلة - حصان من الثوم

ربطة كزبرة خضراء مفرومة ناعماً - كوب عصير بندورة

قلقل أسود - هال - (حسب الطلب) - 3 ملاعق طعام زيت الزيتون - ملح

طريقة التحضير:

يسلق اللحم مع القمح في الماء على نار خفيفة

عندما ينضج، نضيف الملح ونضع المزيج في خلاط كهربائي

يقلب البصل المفروم ناعماً مع الثوم في قليل من الزيت ونضع الخضار المسلوقة جميعها مع عصير الليمون والبهارات وعصير البندورة.

يسكب مزيج اللحم والقمح مع جميع المكونات ويحرك جيداً ويوضع على النار حتى يغلي.



1- فخذة خروان متبل وممر

دشنا بالعدس

المقادير:

4/1 كوب زيت الزيتون

6 حصوص من الثوم مدقوقة

باقة كزبرة خضراء مفرومة ناعماً

2/1 كوب عدس أصفر مجروش

2/1 كوب عدس صحيح

كوب من الماء

2/1 فتجان عصير الليمون

ملح - بهار

كوب بصل مقطّع أجنحة

طريقة التحضير:

نحضّر عجينة متماسكة من الطحين والماء ورشة ملح.

ثم نمدها بالشوبك على طاولة خشبية ونقطّعها أقراصاً صغيرة

نضع الزيت في القدر على النار ونضع البصل ونحمّره ونقلب معه الثوم المدقوق

نضيف أقراص العجين ونقلبها معها ونضيف العدس بعد غسله

نحرّك المواد جيداً ونضيف الكزبرة الخضراء.

بعدها نضيف الماء لسلق العدس مع الليمون والبهار

تقدّم هذه الوصفة ساخنة ويزيّن وجه الصحن ببقية البصل المحمّر المقلي بالزيت..



اللحومات

17- أفراس النعناع

18- لحمة بالطحينة

19- طوشكا

20- الكلاوي

21- قلب الخروف

22- شوى دست

23- لحمة كباب مشوية

24- لحمة شقف مشوية

25- لحمة بالحرّة

26- باذنجان مغطّى بالكباب (باذنجان عرموطي)

27- المعلاق بالكزبرة

28- المعلاق المطحن

29- بيض الغنم المحمّر

30- صاصيجبو (نقّانق)

31- جدّي بالزيت

1- فخّذة خروف متبل ومحمّر

2- كويسات

3- خروف محشي

4- داوود باشا

5- لحمة بالببيض واللبن

6- شرحات مع بطاطا والفاول الأخضر

7- القاورما

8- لحمة بالطوايا

9- كباب هندي

10- لحمة بالكرز

11- لحمة بالفرن

12- قوظرطمة

13- كباب باذنجان

14- الفريكة باللحمة

15- رقبة محشية

16- المرتديلا

32- المليحي





فخذة خروف مثبّل ومحمّر

المقادير:

فخذ غنم وزن 2 كيلو

3 حصوص ثوم

بصلة

100 غرام زبدة

زعتر

غار

ملح - فلفل أسود

طريقة التحضير:

ندقّ ورق الغار بالهاون ثم ننزع أوراق الزعتر

نفرم البصل ناعماً ونضع الملح معه والبهار الأسود

ندهن الفخذ بكل هذه المواد ونجرح الفخذ بالسكين ونضع بالفتحات القليل من البهارات

ندهن الفخذ بالسمنة وكذلك الصينية المعدة للفرن

نضع الفخذ داخلها ونتركها في الفرن الحامي مدّة 10 دقائق على كل طرف من الفخذ ليتحمّر من جميع الأطراف

نسكب كويين من الماء في الصينية ونترك الحرارة خفيفة (150-180) ونعيد الفخذ إلى داخل الفرن

عندما ينضج اللحم نفنح باب الفرن ونترك الصينية داخله

نحضر الطبق إلى الطاولة ونقطعه بالسكين

يقدم مع هذا الطبق البطاطا المقلية والسلطة..

كويسان^(١)

المقادير:

2 كيلو لحم غنم قطعة واحدة من دون عظم

ملعقتان كبيرتان من السمنة

فتجان عصير الحصرم

2 كيلو بندورة

2/1 فتجان أرز

150 غراماً من اللحمة مفرومة ناعماً

100 غرام صنوبر

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

تتقطع اللحمة إلى قطع طولها 15 سنتم وعرضها 6 سنتم

نأخذ كل قطعة على حدة ونفتحها بالسكين من مكان واحد بحيث ندخل السكين داخلها من دون أن نفصلها عن بعضها

تصبح كل قطعة على شكل الباذنجان المحفور

نغسل الأرز ونخلطه مع اللحمة والبهار والصنوبر والملح

نحشي قطع اللحم من هذه الحشوة ونخيط مكان الفتحة بالخيط

نضع السمنة في القدر على النار ونقلي كل قطعة على حدة حتّى يحمرّ لونها

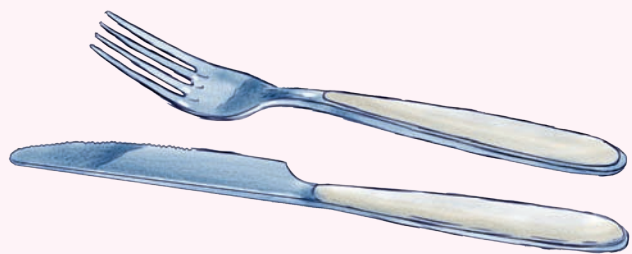
نعصر البندورة

نأخذ عصير البندورة وعصير الحصرم ونسكبه في قدر ونضع اللحمة المقلية داخله ونضيف القليل من الماء ونتركه على النار حتى تنضج اللحمة

نسكب اللحمة مع الصلصة في جاط عميق

ويقدم مع الأرز والصنوبر.

(١) قطعة اللحم من سلسلة رقبة الخروف، وهي تعني الأفضل والأحسن





خروف ملشي

المقادير:

خروف صغير الحجم ويترك الرأس عالقاً به

كيلو لحم هبرة مفرومة ناعماً

200 غ صنوبر

200 غ لوز

100 غ فستق حليبي

4 أوراق غار - كوب طحين

ملعقة كبيرة بهار أسود وبهار أبيض

كوبان من زيت الزيتون + ربع كيلو رب بندورة

ملعقة صغيرة قرفة

6 ملاعق كبيرة سمنة

كوبان أرز

طريقة التحضير:

نحضر وعاء كبير ونغسل الخروف بالماء من الخارج والداخل بشكل جيد

ننشفه ونفركه بالطحين ثم نضع رب البندورة مع الزيت وندهن الخروف من جميع أطرافه

نضع السمنة في القدر على النار ونقلي الخروف ونقلبه بالسمنة من جميع أطرافه حتى يحمرّ

نغمر الخروف بالماء ونتركه على النار مع الغار والقرفة وكبش القرنفل حتى ينضج

نسلق اللوز ونقشّره ونقطّعه نصفين بالطول.

نحمّر الصنوبر بالزيت على النار ثم نضيف اللوز والفستق الحليبي

نقلي اللحمة الناعمة مع رشّة بهار وملح وقرفة حتى تنضج

نضع الخروف في صينية معدّة للفرن

ندهن الخروف بالسمنة

في هذا الوقت نكون قد غسلنا الأرز ونقعناه في الماء الساخن مع الملح مدّة نصف ساعة

نغسل الأرز بالماء البارد ونطبخه نصف طبخة

نخلط الأرز مع اللحمة والصنوبر واللوز والفستق الحليبي ونحشي الخروف من الداخل ونخيطة بخيط أبيض

نضع الخروف داخل الفرن ونضع ورق الألومنيوم عليه بشكل غطاء محكم مع وضع 3 أكواب من ماء السلق في أرض الصينية.

نتركه في الفرن مدّة ساعتين على درجة (300 م) ثم نكشف الغطاء ونحمّر الخروف من الأعلى والأسفل

تقدّم إلى جانب الخروف الفريكة وكذلك الخيار باللبن أو السلطة.

المقادير:

كيلو لحم كباب (لحمة مفرومة ناعماً)

3 ملاعق طعام من رب البندورة

2/1 ملعقة صغيرة 7 بهارات

2/1 ملعقة صغيرة فليفلة حمراء مطحونة

2/1 ملعقة صغيرة بهار أبيض

ربع ملعقة صغيرة قرفة

ربع كوب صنوبر

2 كيلو بندورة

6 بصلات

2/1 كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

يقشّر البصل ويقطّع جوانح

تغسل البندورة وتقسّر ثم تعصر ويترك العصير جانباً

يخلط الصنوبر مع اللحمة وجميع البهارات مع القرفة ورب البندورة

يقطّع الكباب قطعاً صغيرة وتجعل كل قطعة قرصاً صغيراً

نضع الزيت في القدر ونقلي البصل ثم نرفعه من الزيت بالكفكير ونتركه جانباً

نقلي أقراص اللحمة في الزيت كل 4 أقراص مع بعضها

نضيف جوانح البصل وعصير البندورة ونترك الخليط على نار خفيفة مدّة 20 دقيقة

يقدّم مع هذا الطبق الأرز المفلفل.





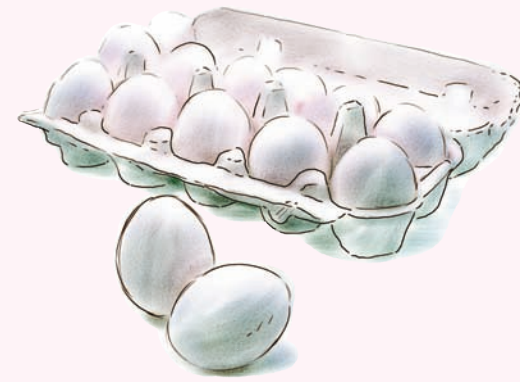
لحمة بالبيض واللبن

المقادير:

- كيلو لحمة كباب
- كيلو ونصف لبن
- 4 حصوص من الثوم مدقوقة
- 10 بيضات
- ملعقة صغيرة بهار - رشة قرفة - ملح
- 5 أرغفة خبز عربي
- 3 ملاعق كبيرة من السمنة

طريقة التحضير:

نضع البهار والملح مع اللحمة ونمزجها جيداً ثم نشكّل منها كرات صغيرة نقلّي اللحمة في السمنة بشكل جيد ثم نرفعها ندق الثوم مع قليل من الملح ونخفق اللبن بشكل جيد نقطع الخبز بشكل مثلثات ونرتبه في صحن التقديم نضع اللحمة من جديد في السمنة ونخفق البيض مع الملح والبهار نسكب البيض فوق اللحمة ونتركه على نار هادئة حتى يصبح قرصاً متماسكاً نسخّن اللبن قليلاً لمدة 4 دقائق ثم نصبّه على الخبز نضع قرص اللحمة مع البيض على الوجه ونرشّ البهار تقدّم هذا الطبق ساخناً مع البصل الأخضر أو الفليفلة الخضراء.



شرحات اللحمة مع البطاطا والفاول الأخضر

المقادير:

- كيلو لحمة شرحات
- كيلو فول أخضر
- نصف كيلو بطاطا
- ملعقة كبيرة رب بندورة
- ملح - بهار مشكّل
- بصلتان

طريقة التحضير:

نقلي الشرحات في السمنة حتى يصبح لونها زهري نضع البصلة فوقها ونذوّب رب البندورة في الماء ونسكه فوقها نتركها على نار خفيفة حتى تتضج الشرحات نأخذ لب الفول ونقلبه في السمنة نقشّر البطاطا ونقطّعها مكعبات ونشويها في الفرن نضع البطاطا في الصينية وفوقها الفول المقلي ثم الشرحات مع الصلصة الحمراء ونتركها على النار مدة ربع ساعة تقدّم مع هذا الطبق الأرز المفلل والسلطة.





الفاورما

المقادير:

خروف كامل

كيلو ملح - ربع كيلو بهار

كيلو دهنة مفرومة ناعماً

طريقة التحضير:

يغسل الخروف جيداً بالماء البارد وتنظف أحشاؤه

يقطع لحمه قطعاً ويفصل اللحم عن العظم ونحتفظ بالدهن الموجود على الخروف

يوضع الدهن في القدر وفوقه اللحم ونضعه على نار خفيفة مع التحريك الدائم

نترك القدر على النار واللحم داخله مع الدهن حتى ينضج ويستوي ويصبح كالعجين تقريباً

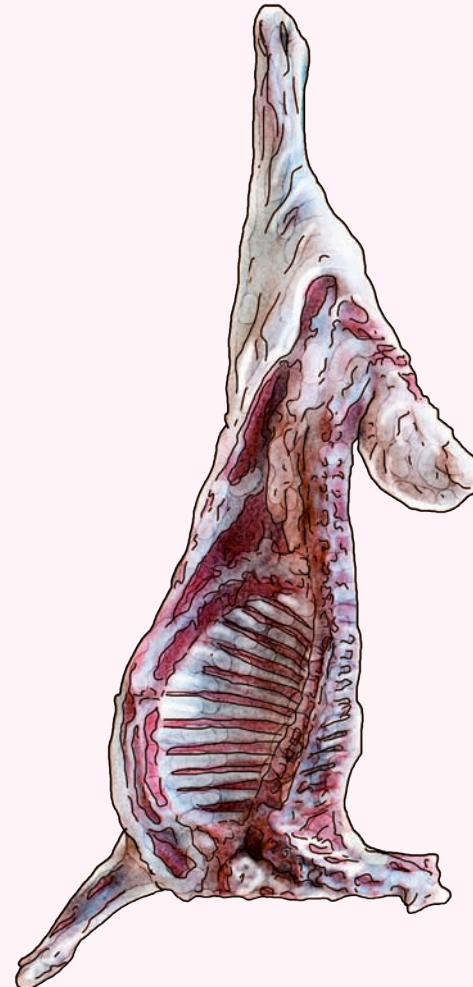
نترك اللحم ليبرد ويعبأ في مرطبانات جاهزة ويوضع في مكان بارد ويحفظ للشتاء

وفي الشتاء عندما لا تتوافر اللحمة وخاصة في الريف، تستعمل هذه الفاورما عوضاً عن اللحم في قلي البيض وفي طبخ الشوربات

وكانت تستعمل قديماً مع الخضر الشتوية.

ملاحظة: تستعمل الفاورما في المناطق الباردة

نستطيع صنعها من لحم العجل ويوضع معه دهن الخروف



المقادير:

كيلو ونصف بندورة

750 غراماً لحمة مفرومة ناعماً

250 غراماً لحمة هبرة مدقوقة

حبّتان باذنجان

حبّتان كوسا

بصلتان

ملح- بهار

حبّتان فليفلة خضراء حلوة

طريقة التحضير:

تغسل البندورة جيداً بالماء وتقطع دوائر ثم تفرم قطعاً صغيرة

يغسل الباذنجان ويقشّر ثم يقطع شرائح ويفرم قطعاً صغيرة

يغسل الكوسا ويقطع شرائح ويفرم قطعاً صغيرة

بفرم البصل قطعاً صغيرة

تغسل الفليفلة وتفرم قطعاً صغيرة

توضع جميع المواد في صينية كبيرة مع اللحمة المفرومة والملح والبهار

تخلط جيداً ثم توضع في الفرن على درجة 250

تقطع اللحمة الهبرة قطعاً صغيرة وتبلّ اليد بالماء البارد ونصنع من القطع كرات توضع فوق الصينية

وبعد نصف ساعة تحرّك المواد كلها مع بعضها ونشعل الفرن من الأعلى مع الانتباه كي لا تحترق الخضرة

تترك في الفرن مدّة ساعة وربع حتى تنضج..

تقدّم ساخنة ويقدم إلى جانبها الرشاد والطرخون والفجل والفليفلة الخضراء.





لحمة بالطواية (١)

المقادير:

- كيلو لحمة رأس عصفور
- ربع كيلو دهنة مفرومة ناعماً
- نصف كيلو بندورة
- كوب ماء
- فنجان زيت زيتون
- باقة بقدونس مفروم ناعماً
- نصف كيلو بطاطا
- ملح - بهار مشكّل - رشّة قرفة

طريقة التحضير:

نضع الزيت في القدر على النار ثم نضع اللحمة ونقليها حتّى يصبح لونها وردياً
نضيف الملح والقرفة والبهار فوق اللحمة ونتركها على النار حتى تنضج اللحمة
نقشّر البطاطا ونقطّعها بشكل أصابع
نضع الدهن في قدر ثانٍ على النار وعندما يذوب نقلّي البطاطا فيه
نرشّ عليها القرفة والملح
نعصر البندورة ونترك عصيرها جانباً
نأخذ اللحمة مع السائل الذي معها ونضيف إليها عصير البندورة
نضع قدر اللحمة مع البندورة على النار مدّة 15 دقيقة
ثم نسكب اللحمة مع القرفة ونضيف البطاطا حولها
نزيّن الطبق بالبقدون ويقدم ساخناً إلى جانب الأرز بالشعرية وأيضاً سلطة المخلّل.

(١) الطواية تعني القلاة



المقادير:

- كيلو لحمة كباب (لحمة مفرومة ناعماً)
- ملعقة صغيرة ملح
- 4 ملاعق كبيرة زيت زيتون
- 2/1 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 2/1 ملعقة صغيرة سبع بهارات
- 2/1 ملعقة صغيرة فليفلة حمراء مطحونة
- بصلة متوسطة الحجم
- حصّان من الثوم مدقوقان
- 2/1 كوب رب الرمان مذوّب في الماء مع الملح
- 2/1 كوب صنوبر
- 4 عروق بقدونس مفرومة

طريقة التحضير:

تخلط اللحمة مع الملح والفلفل والبهار والفليفلة وتعجن جيداً
نقطع اللحمة قطعاً صغيرة وتبلّ الأصابع بالماء البارد وندوّر القطعة لتصبح كرة صغيرة
نضع الزيت على النار ونقلب البصل المفروم مع الثوم المدقوق حتى يصفر. نضيف الصنوبر وكرات اللحمة ونقلّبها حتى تحمّر
نذوب رب الرمان في الماء ونغليه على النار مدّة خمس دقائق
نسكبه فوق اللحمة ويترك مدّة ربع ساعة على النار حتى يغلي
نسكب ونزيّن بالبقدون
يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل والسلطة.

كباب هندي

لحمة بالكرز

المقادير:

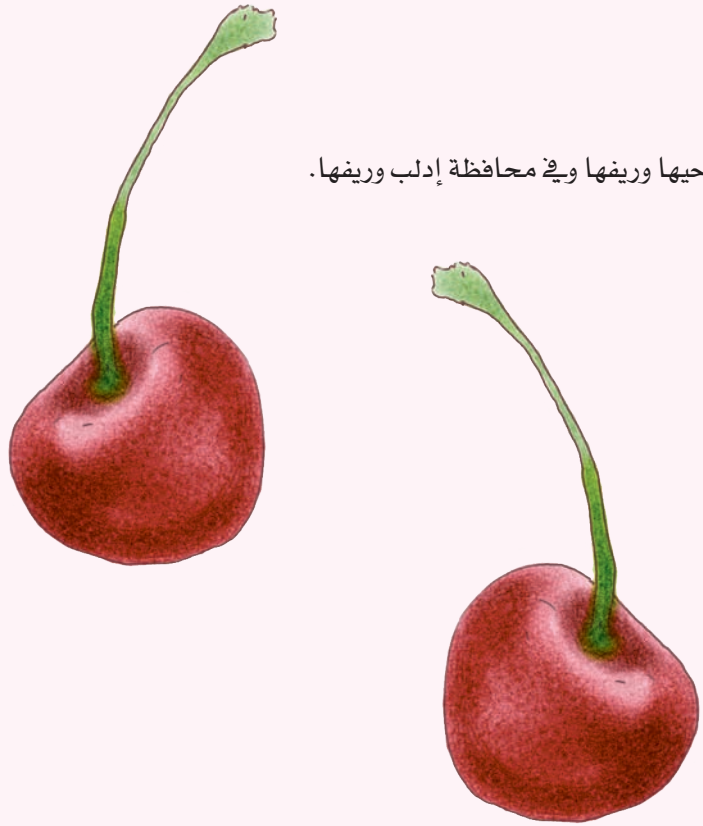
- كيلو كرز أسود العصير وزن 300 غ
- 2 كيلو لحمة مفرومة ناعماً (لحمة كباب)
- 3 ملاعق سمنة
- بهار - ملح - سكر - نصف كيلو
- 200 غ صنوبر - خبز عربي عدد 4
- عرق بقدونس مفروم

طريقة التحضير:

نقطع اللحمة قطعاً صغيرة وونصنع منها كرات
نغسل الكرز ونعصره باليد بعد وضعه في مصفاة فوق طنجرة
نضع عصير الكرز جانباً ونترك عدداً من حبات الكرز من دون عصر بعد أن نسحب منها البزر
نضع الملح والبهار مع اللحمة ونقليها في السمنة على النار بحيث نحافظ على شكل الكرات
نضع عصير الكرز في الطنجرة ونتركه يغلي على النار مع إضافة قليل من الماء (مقدار لتر) والسكر ونحرّك جيداً
وبعد قلي اللحمة نضعها فوق عصير الكرز
نقطع الخبز إلى مثلثات ونضعه في جاط مستطيل أو مستدير
تسكب اللحمة فوقه مع عصير الكرز ونرشّ فوقه القليل من القرفة والصنوبر المحمّص. ونضع في وسط الجاط كمّية قليلة من البقدونس المفروم
يقدم هذا الطبق مع الكبة النية.

ملحظة:

هو الكرز البلدي من جبل أريحا، الذي يستعمل في هذا الطبق معروف في حلب وضواحيها وريفها وفي محافظة إدلب وريفها.



فوطرطمه^(١)

المقادير:

- 2 كيلو لحمه بعظمها
- 3 أكواب عصير البندورة
- ملح - بهار
- 3 ملاعق سمنة - 2/1 فتجان عصير ليمون حامض

طريقة التحضير:

توضع السمنة في القدر وتذوب على النار
نضع اللحمه فوقها ونقلبها حتى الاحمرار
نضيف الماء والملح والبهار وعصير البندورة ونتركها على نار هادئة حتى تنضج اللحمه ثم نضع عصير الليمون
يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلل واللوز المحمص والصنوبر المحمص
وتقدم معه أيضاً سلطة الخيار مع البندورة.

(١) كلمة تركية تعني اللحم مع العظم. وقطعها وسطية الحجم





كباب باذنجان

المقادير:

كيلو باذنجان قياس وسط

2/1 كيلو لحم مفرومة ناعماً

ربع كيلو لحمه هبرة مدقوقة

ملح - بهار

4 حبات بندورة

3 حبات فليفلة خضراء أو حمراء

3 بصلات

طريقة التحضير:

نخلط جيداً اللحم المفرومة مع لحمه الهبرة المدقوقة مع الملح والبهار وتقطع اللحم قطعاً صغيرة

نصنع من قطع اللحم دوائر

يغسل الباذنجان ويقطع بشكل دائري

نضع كل قطعة باذنجان إلى جانب قطعة لحم على السيخ المعد للشوي

وهكذا نضع على كل سيخ 4 قطع باذنجان و4 قطع لحم

نحضّر المنقل للشوي ونضع اللحم مع الباذنجان ونشويها على النار حتى تنضج

نضع البندورة على السيخ وتشوى على النار أيضاً

نشوي البصل أيضاً والفليفلة

توضع البندورة المشوية مع البصل والفليفلة في جاط وتقدّم مع اللحم والباذنجان.

يقدم هذا الطبق مع السلطة واللبن.





الفريكة باللحمة

هي سنابل القمح قبل أن تجفّ

المقادير:

4 أكواب فريكة

2 كيلو لحمة موزات

200 غرام صنوبر

150 غرام لوز

100 غرام فستق حليبي

ملح- بهار- ورق غار- 3 ملاعق سمّنة

طريقة التحضير:

نضع ملعقتي سمّنة في الوعاء على النار ثم نضع اللحمة الموزات ونقليها قليلاً مع السمّنة. نضع الماء فوقها مع البهار والملح وورق الغار حتى تتضج اللحمة

نتركها جانباً ونأخذ الماء بعد أن نرفع منها ورق الغار ونضعها في إناء ثان

نضع الفريكة في صينية ونقلبها حتى تتطاير منها كل شائبة. ثم نغسلها بالماء البارد ونضعها فوق ماء اللحم المسلوق حتى تغمر الفريكة بالماء وفوقها 2 سنتم من الماء. ثم نضعها على درجة حرارة خفيفة جداً مدّة ساعة ونصف حتى تتضج.

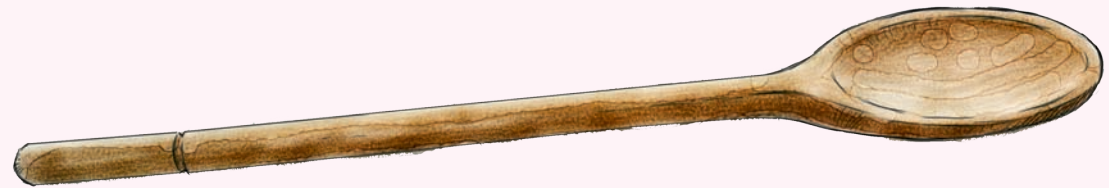
وفي هذه الأثناء نكون قد حمّصنا الصنوبر ثم اللوز المقطّع إلى جزأين ثم الفستق

نسكب الفريكة في جاط بيضوي ونضيف إليها اللحمة ثم نرشّ البهار والقلوبات (الصنوبر واللوز والفستق) وتقدّم ساخنة ويقدم إلى جانبها اللبن بالخيار أو سلطة البندورة مع الخيار والنعناع.

ونستطيع طبخ الفريكة بالطريقة نفسها ولكن تستبدل اللحمة بلحمة ضلع الخروف ورقبته

ملاحظة: الفريكة على الطريقة الجليية:

المراحل نفسها لطبخ الفريكة واللحم ولكن في مدينة حلب يطبخون القليل من الأرز (كوبان من الأرز) وعند سكب الفريكة في الجاط، نصبّ الأرز فوق الفريكة ويزيّن بالقلوبات واللحم.



رقبة محشية

المقادير:

رقبة غنم 2 كيلو خالية من العظم

كوبان من الأرز الطويل المنقى والمغسول

300 غرام لحمة مفرومة

2/1 كوب سمّنة

ملعقتان صغيرتان ملح

1 ملعقة صغيرة بهار مطحون

3 أوراق غار

حبة جوزة الطيب

حبتان من كبش القرنفل

عود واحد من القرفة

بصلتان مقشّرتان

2/1 كوب صنوبر مغلي، 2/1 كوب لوز مقشّر ومغلي، 4/1 كوب فستق حليبي مغلي

كوبان من الماء

طريقة التحضير:

نقلب اللحم المفروم مع نصف كمّية السمّنة لمدة 10 دقائق على نار هادئة، ثم نضيف الأرز ونقلبه لمدة دقيقة واحدة. نضيف نصف كمّية الملح والماء والقرفة والبهار ونطهو على نار خفيفة لمدة 15 دقيقة. نرفع نصف كمّية الأرز ونتابع طهو الأرز لمدة 15 دقيقة..

نحشو الرقبة بكمّية الأرز المطهو قليلاً ثم نحفظها جيداً. ونضعها في قدر ونغمرها بالماء ونضع معها عود القرفة والغار وكبش القرنفل ونتركها على النار لمدة ساعة أو حتى تتضج.

نرفعها من القدر وندهنها بالسمّنة (أي نصف كمّية السمّنة) ثم نضعها في الصينية ونضيف إليها التوابل والبصل

ندخلها في الفرن الساخن جداً لمدة 55 دقيقة مع التقليب.

نقدّمها مع طبق الأرز واللحم ونزيّنّها بالقلوبات المقلية.





أفراص بالنعناع

المقادير:

- كيلو هبرة غنم مدقوقة
- حصّان من الثوم مدقوقان
- 2/1 ملعقة نعناع يابس (مطحون)
- بيضة واحدة
- رشّة بهار

طريقة التحضير:

نعجن الهبرة مع البيضة والثوم والنعناع وقليل من الماء، ثم نقطعها قطعاً ونجعل من كل قطعة قرصاً صغيراً ونشويها على نار الفحم.

ملحظة: يمكننا أن نقليها في السمّنة.

المرنديل

مرتديلا اللحمية

المقادير:

- 3 كيلو لحمة هبرة غنم مدقوقة (نعني بالهبرة لحم أحمر من الفخذ)
- 2/1 كوب فستق حليبي مقشور
- كوب كعك مدقوق من دون سمسّم
- 6 حصوص ثوم مدقوقة
- بيضة
- 2/1 كوب عصير ليمون حامض
- ملعقة رب البندورة
- ملح - بهار

طريقة التحضير:

تخلط اللحمية المدقوقة بالكعك المدقوق مع الثوم والبيضة والبهار ونعجنها كالمعجين مع بلّ اليد بالماء البارد.

نقطع هذه اللحمية إلى 6 قطع ونأخذ كل قطعة على حدى ونمدّها على شاشة بيضاء نظيفة ونضع كمّية من الفستق المقطع قطعاً صغيرة ونلفّها كالأسطوانة.

نضع الماء في قدر على النار مع قليل من الملح ونضيف عصير الليمون وملعقة رب البندورة. وحين يغلي الماء نسقط أسطوانات اللحمية فيها ونتركها على نار هادئة حتى تنضج..

نتركها حتى تبرد ونقطعها بشكل دوائر وتوضع في طبق يزيّن بالبندورة المقطّعة دائرياً.



طوشكا

المقادير:

- 4 أرغفة من الخبز العربي
- 30 غراماً من لحمة الكباب أو اللحمة المفرومة ناعماً
- 2/1 ملعقة بهار مشكّل

ملح

200 غرام جبنة بيضاء طرية

طريقة التحضير:

نخلط اللحمة مع البهار والملح وندعكها جيداً
نصنع من اللحمة أقراصاً كبيرة بحجم رغيف الخبز
نضع اللحمة داخل الرغيف ونمدّها عليه بيل اليد بالماء البارد، ثم نفرش الجبنة المقطّعة فوقه
نضع الرغيف في الفرن على درجة حرارة 200 لمدة 10 دقائق.
يقدم هذا الطبق مع المقبلات ويقدم معه مخلل الخيار أو اللفت..

الكلاوي

المقادير:

كلاوي عدد 10

بصلتان

ملح - رشّة بهار

3 ملاعق كبيرة من السمّنة

ملعقة كبيرة من عصير الليمون

طريقة التحضير:

نغسل الكلاوي ونقشّرها ثم نقطع كل واحدة من النصف
نضع الملح والبهار والليمون فوق الكلاوي ونقلبها ونتركها على النار حتى تتضج وتحمّر
يقدم مع هذا الطبق الخيار باللبن أو سلطة وكبّة نيّة.



يعدّ هذا الصنف من المقبّلات اللذيذة الطعم..

لحمة بالطحينة

المقادير:

كيلو لحمة

كوبان من عصير البندورة

رشة جوزة الطيب

4 ملاعق عصير الليمون

رشة قرفة

3 حصوص من الثوم مدقوقة

رشة كمون

4/3 كوب من الطحينة

ملح

2/1 كوب ماء

ملعقتان كبيرتان من رب البندورة

ملعقة كبيرة سمسم

3 ملاعق بصل مفروم ناعماً، كوبان من الماء، 5 ملاعق زيت نباتي

طريقة التحضير:

نخلط الطحينة مع الثوم المدقوق والماء والليمون والملح ونحركه جيداً بالشوكة ونتركه جانباً

نقطع اللحمة قطعاً صغيرة بحجم رأس العصفور

نضع الزيت في قدر على النار ثم نضيف البصل والثوم المدقوق وقطع اللحمة

نصبّ هذا المزيج داخل صحن «بيركس» عميق.. نذوب رب البندورة في كوبي ماء ونضيفها إلى صحن «البيركس» ونضعه في الفرن على درجة حرارة

200 لمدة 45 دقيقة.

نرشّ السمسم على الوجه ثم نقدّم مع هذا الصحن الخلطة التي صنعناها من الطحينة.

المقادير:

قلبا خروف صغيران

رشة بهار

ملعقة كبيرة من السمنة

بصلتان

ملح

طريقة التحضير:

نغسل القلبين ونقطّعهما ونضيف البهار والملح ونتركهما في البراد مدّة ساعة

نقلّب البصل في السمنة على النار حتى يصفر.. ونضع السمنة في المقلاة ونقلّب القلبين مع البصل حتى تحمّر القلوب وتتضج

تقدّم مع السلطة والمخلّل.

شور دسئ

المقادير:

كيلو لحمة شقف

4 كيلو بصل أخضر

2/1 ملعقة صغيرة من النعناع

ملعقة سمنة

ملح

4/1 ملعقة بهار مشكّل (سبع بهارات)

طريقة التحضير:

نقلي اللحمة مع الملح والبهار في السمنة

نتركها على نار خفيفة حتى تتضج قليلاً، ثم نقطّع البصل قطعاً صغيرة ونقلّيها مع اللحمة،

ونتركها على النار مع وضع غطاء القدر حتى تتضج، ثم نضيف النعناع اليابس الناعم ونسكبها، ثم نضع كبة حول الجاط مثل الكبة المسلوقة (الكبة

اللبنية) ولكن بعد سلق الكبة تقلّى في السمنة وتضاف حول جاط السكب وتقدّم.



لحمة كباب مشاوي

المقادير:

كيلو لحمة كباب (لحمة مفرومة مع كمّية من الدهن المذروب)

2/1 ملعقة بهار

ملح

رشة قرفة

خبز عربي

طريقة التحضير:

نخلط اللحمة مع الملح والبهار والقرفة ونعجنها

نقطع اللحمة قطعاً ونمدّ كل قطعة على سيخ الشوي وذلك بيل اليد بالماء البارد

نحضّر الفحم ونشوي اللحمة ونمسك بيدنا رغيف خبز ويرص على سيخ اللحمة مع المحافظة على شكله.

تقدّم مع اللحمة البصل والبندورة والبيواظ والسلطة.





الكباب المشوي (الشفف)

المقادير:

- كيلو لحمه كباب
- ملعقة كبيرة من صلصة البندورة
- 2/1 فتجان عصير الليمون
- 4/1 كوب زيت الزيتون
- 4 حبّات بندورة
- 6 بصلات
- 2/1 ملعقة صغيرة بهار
- ملعقة صغيرة قرفة

طريقة التحضير:

- تقطع اللحمة إلى مربّعات متوسّطة
- يقشّر البصل وتقسم كل بصلة إلى قسمين بالطول
- نخلط اللحمة مع البصل والملح والبهار وصلصة البندورة وزيت الزيتون
- نحرّكها ونتركها في البراد مدّة ساعة ونحرّكها أكثر من مرّة
- نحضّر الفحم وأسياخ الشوي
- نضع قطع اللحمة مع البصل على السيخ وتشوى اللحمة والبندورة
- تقدّم اللحمة ساخنة مع السلطات والخيار باللبّن.





لحمة بالجرّة

المقادير:

3 كيلو لحمة هبرة (يستحسن أن يكون فخذ الخروف مع الضلع)

كيلو لحمة هبرة بعظمها

كيلو بصل

ملعقة صغيرة من كل نوع (ملح - هال - بهار - مشكل - كمون - قرفة)

2 كيلو فطر

طريقة التحضير:

نقشّر البصل ونقطّعه أجنحة

نضع البصل في القدر على النار مع البهارات جميعها، ثم نضيف اللحم والملح

نحرّكها جيداً ثم نضع الفطر بعد غسله

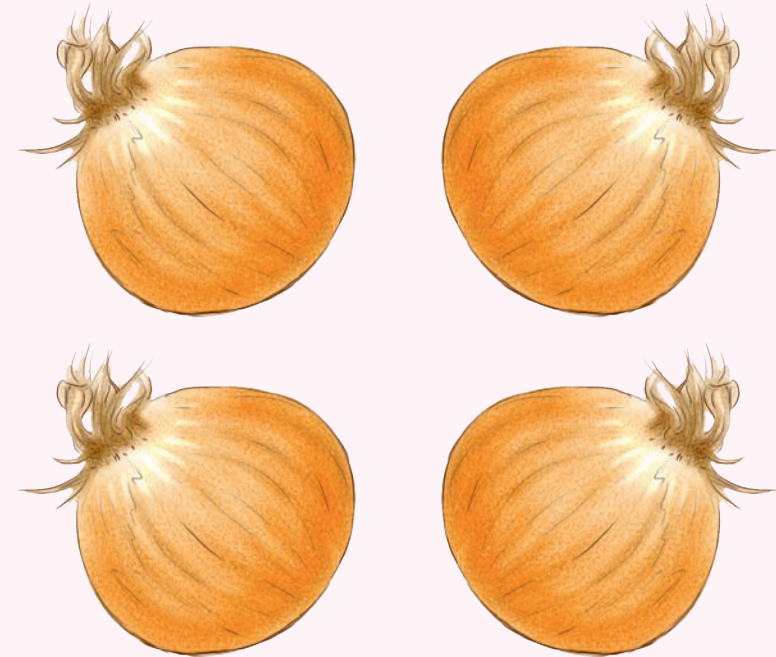
نتركها على نار خفيفة جداً لساعات بعد أن نضع غطاء فوق القدر

يأخذ هذا النوع من اللحم 6 ساعات حتى ينضج

وبعد نضوج اللحم، نرى ماء في القدر أي نوعاً من الصلصلة التي أتت من البصل واللحم والفطر معاً

نترك الصلصلة مع اللحم عند السكب.

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل، أو الفريكة، أو اللبن والسلطة.



المقادير:

كيلو ونصف باذنجان قياس صغير

كيلو لحمة كباب

2/1 ملعقة صغيرة بهار مشكل (سبع بهارات)

3 بيضات

كيلو بندورة

ملح

ملعقتان كبيرتان من الطحين

4 ملاعق كبيرة من السمنة

طريقة التحضير:

تغسل البندورة وتقطع وتوضع في المصفاة وتعصر ويحفظ العصير جانباً

يغسل الباذنجان ويقطع القمع ثم يقشر

نفتح بالسكين من الطرف العريض للباذنجان فتحة كبيرة بالسكين

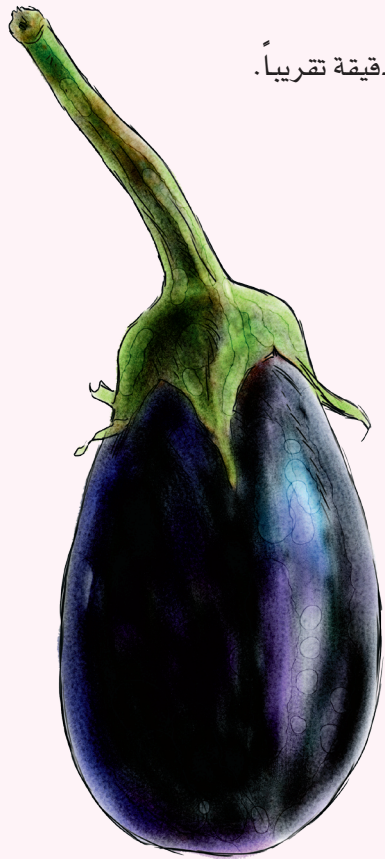
نقلي الباذنجان بالسمنة حتى يصبح لونه ذهبياً

نخلط اللحم بالبهار والملح وندعكها

نلبس كل باذنجان طبقة من اللحم، ثم نقليها في السمنة مرّة ثانية حتى تحمرّ اللحم

بعدها نضع الباذنجان في القدر ونضيف إليه عصير البندورة مع الملح وكوب من الماء ونتركها مدّة 40 دقيقة تقريباً.

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل والسلطة والمخلل.





المعلاق المطبوخ

المقادير:

كبدة خروف

قلبا خروف

4 كلاوي خروف

ثلاث بصلات

أربع ملاعق سمنة

2/1 ملعقة صغيرة بهار مشكل

رشة قرفة

ملعقة طعام رب البندورة

رشة كمون - رشة فليفلة حمراء

طريقة التحضير:

نغسل الكبدة ونقشّرهما

نقطعها قطعاً صغيرة مربعة ونتركها في المصفاة

نغسل الكلاوي ونشقّها بالسكين ونظّفها جيداً ثم نقطعها قطعاً صغيرة ونتركها في المصفاة

نغسل القلب ونقطعه قطعاً صغيرة ونتركها في مصفاة

نرش ملح وبهار على كل مصفاة

نقشّر البصل ونفرمه ناعماً

نحمّر السمنة ونقلّب الكبدة في السمنة مدّة خمس دقائق ثم نرفعها ونتركها جانباً

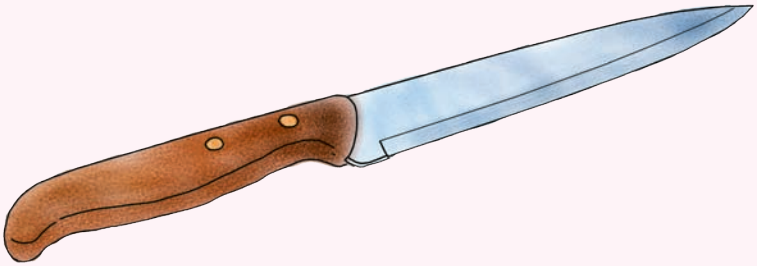
نقلي القلوب المفرومة مع الملح والبهار ونرفعها

نقلي الكلاوي في السمنة والملح والبهار والقرفة ونتركها جانباً

نقلب البصل في السمنة ونضيف ماء البندورة والبهار ونضع جميع القلوب والكلاوي والكبد فوق السمنة ونقليها قليلاً مع رب البندورة

نضع كوباً من الماء فوق الخليط ونتركه على نار خفيفة حتى تنشف الماء.

يقدم ساخناً.



المعلاق (الكبد) مع الكزبرة

المقادير:

كيلو كبد خروف

ملعقة كبيرة كزبرة يابسة مطحونة

6 حصوص ثوم مدقوقة

4 ملاعق كبيرة زيت زيتون

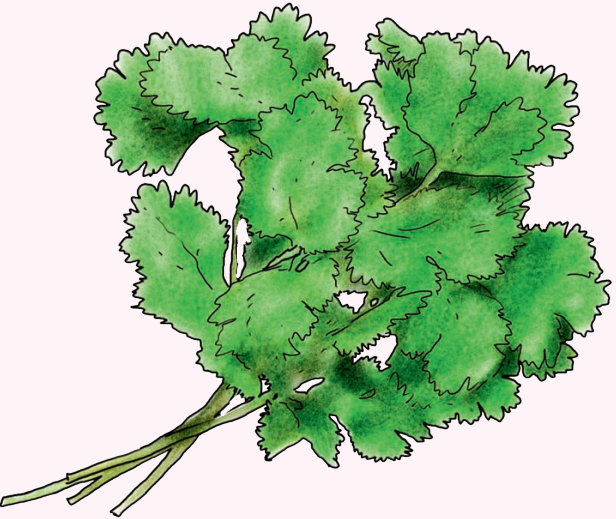
2/1 ملعقة صغيرة بهار

ملح

طريقة التحضير:

نقطع الكبد بشكل مربعات صغيرة ثم نغسله جيداً ونرش الملح والبهار عليه ونتركه في البراد مدّة ساعة

نضع الزيت في المقلاة على النار ونقلب الكبد المقطع ونضيف إليه الكزبرة والثوم ونقلبه على نار هادئة حتى ينضج..





بيض الغنم المحمر

المقادير:

8 أزواج بيض غنم

3 ملاعق كبيرة من السمنة

ملح - بهار

طريقة التحضير:

يقشّر البيض وتنزع القشرة المحيطة به

نقطعه ونغسله جيداً

نرش الملح والبهار ونتركه في البراد مدّة ساعة مع التحريك

نضع السمنة في المقلاة ونضع البيض ونقلبه على نار خفيفة حتى يحمر وينضج

يقدّم ساخناً.

ملاحظة:

يمكن أن يحضّر بطريقة ثانية

أي نحضّر النار والفحم ونشويه على الفحم ولكن لا نقطعه قطعاً صغيرة بل نقطع كل واحدة قطعتين فقط.

المقادير:

من 4-5 أمعاء خروف مقطّعة

كيلو لحمة مدهنة مفرومة ناعماً

300 غرام صنوبر

2/1 ملعقة بهار صغيرة

2/1 ملعقة قرفة صغيرة

4/1 ملعقة صغيرة هال

طريقة التحضير:

ننزع الشحم عن الأمعاء ونضعها في فوهة صنوبر الماء ونفتحه ونترك الماء تنزل داخلها

نقلّبها وننظّفها من الداخل

نفرّكها بالبصل والطحين ونغسلها عدّة مرات حتى تصبح نظيفة

نحضّر قشر البرتقال والليمون وملعقة ماء الزهر وننقعها داخلها مدّة 4 ساعات ثم نفرّكها بالطحين والملح ونغسلها

نخلط اللحمة مع الصنوبر والبهار والهال والقرفة

نحشو السجقات ونضغط عليها باليد لتوزيع الحشوة ثم نربط كل (10 سنتم) بخيط وهكذا.

نضعها في المصفاة

نتركها يوماً كاملاً داخل البراد

ثم نحمي السمنة البلدية ونقلّبها فيها وتقدّم ساخنة.



جدي بالزيت

المقادير:

2 كيلو لحمة بعظمها

100 غرام طحين

150 غراماً من عصير الليمون الحامض

200 غرام زبدة

ملح حسب الطلب

كيلو بطاطا

ربطة أعشاب مجفّفة

بصلة

ملعقة صغيرة بهار مشكل (سبع بهارات)

طريقة التحضير:

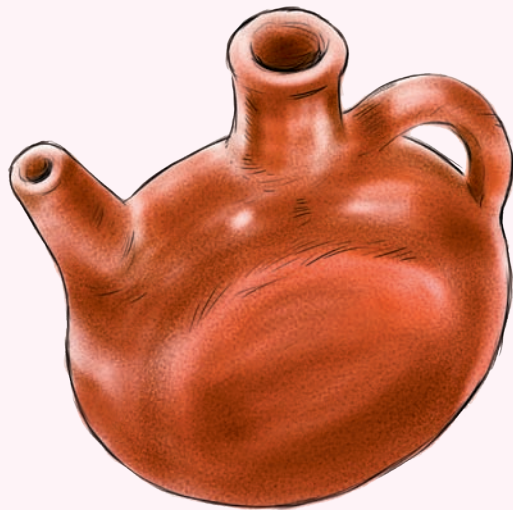
تسلق اللحمة مع البطاطا المقشرة والأعشاب المجفّفة والبصلة

تسخن الزبدة على النار ويضاف لها الطحين مع التحريك المستمر

ثم يضاف عصير الليمون الحامض والملح والبهار ومرقّة اللحمة ونتركها تغلي

ثم يوضع اللحم المسلوق والبطاطا فوقها.

يقدّم هذا الطبق مع الأرز المفلفل والعيران.



المليحي

بعد خضّ اللبن وأخذ الزبدة منه تبقى لدينا الشنينة

نضعها على النار مع الملح حتى تفرط ثم نتركها حتى تبرد

نضعها في كيس قماش نظيف (مثل اللبنة) حتى نتخلّص من الماء

نضعها في الصينية ونقطعها قطعاً صغيرة مثل الكرات ونتركها على شرشف أبيض نظيف في الشمس حتى تتشف وتصبح كالحجر..

نضعها في المرطبان البلور ونخزّنها إلى حين اللزوم.

•• طريقة تحضير المنسف في السويداء ودرعا:

نتفع قبل يوم كمية من المليحي حتى الصباح، نضعه في الخلاط مع كمية من الماء

ثم نضعه في القدر ونحرّكه ونضعه على النار ونتركه حتى يغلي

بعد الغلي نضع قطع الخروف المقطعة بعظمها ولحمها ونتركها على النار حتى تنضج اللحمة وذلك مع وضع وريقات من الغار معه

نحضر كيلو برغل و كيلو أرز

نسلق البرغل مع الأرز في الماء ونتركه حتى يهرس مع بعض

نحضر المنسف النحاسي الكبير ونضع الأرز والبرغل المهروس فيه ثم نرش اللبن مع التحريك ونضع قطع اللحمة على الوجه

نضع المكسرات المقلية في السمنة العربية (اللوز والصنوبر) على وجه اللحمة ونصب السمنة العربية المقلية أيضاً.

نزيّن أطراف المنسف بالكبة المسلوقة أو المقلية.

•• مليحية صاجية:

الخطوات نفسها، فقط عند الصبّ نضع في أرض المنسف خبز الصاج ونصب فوقه كما ذكرنا سابقاً.

الكبة

- | | | |
|--------------------|-------------------------------|--------------------------|
| 1(كبة لبنية | 17(كبة أرمان | 33(فراكة البطاطا |
| 2(كبة مقلوزة | 18(كبة سفرجلية | 34(الكبة النية الإدلبية |
| 3(كبة بالبيض | 19(كبة مشوية | |
| 4(شاكزية (لبن أمه) | 20(كبة السميد | |
| 5(كبة مقلية | 21(كبة السمك | |
| 6(كبة سماقية | 22(كبة بصلية | |
| 7(كبة باليقطين | 23(كبة عدس | |
| 8(كبة سياخ | 24(كبة الكشك | |
| 9(كبة أرنبية | 25(كبة نباتية | |
| 10(كبة مسلوقات | 26(كبة السبانخ | |
| 11(كبة نية | 27(كبة طحينة مع الجوز | |
| 12(كبة الأرز | 28(كبة الفول الأخضر (مشمشية) | |
| 13(كبة صاجية | 29(كبيبات | |
| 14(كبة بالحيلة | 30(كبة نية بالجرن | |
| 15(كبة صينية | 31(كبيبات بالسلق | |
| 16(كبة مبرومة | 32(الكمونة | |



كبة مفلوزة

مقادير الحشوة

بصلتان مفرومتان ناعماً

ملعقتان من رب البندورة

ملعقة كبيرة رب الفليفلة الحمراء

الكبة: مثل عجينة الكبة المقلية

بعد حشو الكبة نسلقها في الماء المغلي مع الملح

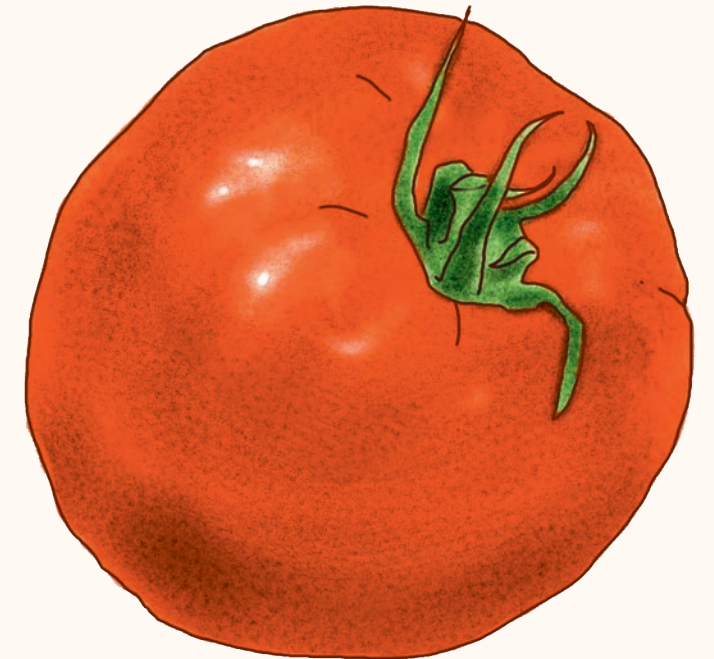
تحضير الحشوة:

بعد حشو الكبة وسلقها، نضعها في جاط

نقلي البصل في السمنة ثم نسكب فوقه صلصة البندورة المذوبة في فنجان ماء

كذلك نضع رب الفليفلة ونقليها

يسكب هذا المزيج فوق جاط الكبة المسلوقة ونضعها على النار مدة خمس دقائق..





كبة بالبيض أو (كبة مخنومة)

تحضير الكبة:

نصف كيلو هبرة مدقوقة

نصف كيلو برغل ناعم

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً

2/1 كوب جوز مطحون ناعماً

100 غرام صنوبر

8 بيضات

بصلة

رشة كمون

رشة فليفلة حمراء

ملح

طريقة تحضير البشوة

تقلى البصلة في السمنة ونضع اللحمة الناعمة والبهارات ونقلها إلى أن تتضج ، نضيف الجوز والصنوبر

طريقة تحضير الكبة

ينقع البرغل مع الملح والكمون ويطحن في الماكينة دوراً واحداً

ثم نطحن الهبرة مع البرغل ثلاث مرات

نقطع العجينة ونحضر كل قطعة على شكل بيضوي بحجم صغير ونحشيها ثم نغلقها جيداً

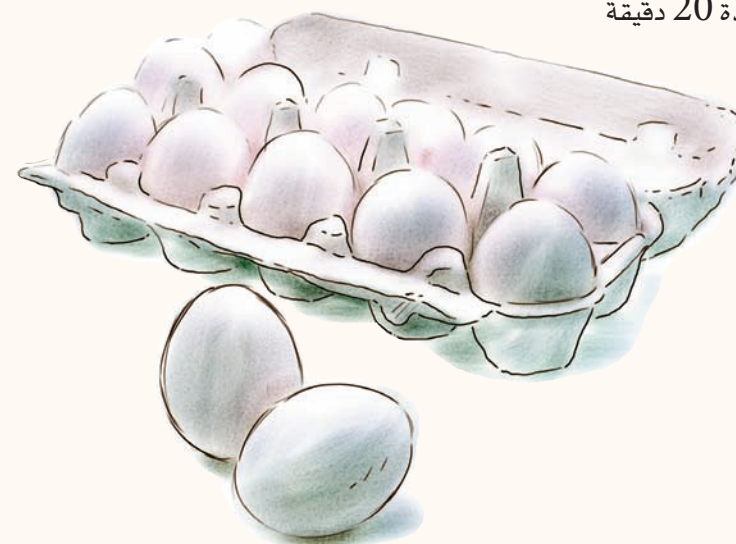
نضع في قدر على النار ماء وملح ونتركه يغلي ثم نضع الكبة فيه لنسلقها

بعد ذلك نضع الكبة في جاط بيركس

نخفق البيض مع البهار والفلفل الأحمر والملح ونصبه على الكبة ندخلها الفرن مدّة 20 دقيقة

نزين الوجه بالصنوبر

تقدّم ساخنة مع السلطة أو الرشاد والطرخون.



شاكرية (لبن أمه)

المقادير:

2 كيلو لبن غنم (أو بقر)

300 غرام لحمة موزات

4 بصلات

ملعقة طعام نشاء

ملعقتان كبيرتان سمنة بلدية

ملح

طريقة التحضير:

يقشر البصل ويفرم جوانح

نحمّي السمنة في القدر على النار ونقلّي البصل واللحمة مدّة قصيرة حتى يذبل البصل

نغمره بالماء ونتركه على نار متوسطة إلى أن تتضج اللحمة

نضع اللبن في قدر نظيف ونخفقه ونسخن اللبن ونضيف اليه النشاء المذوب في الماء بشكل تدريجي مع التحريك المستمرّ

عندما يبدأ اللبن بالغليان، نوقف التحريك ونتركه على نار قوية مدّة خمس دقائق، ثم نضيف اللحمة والبصل

يغلي المزيج على نار خفيفة مدّة 10 دقائق.

تقدّم الشاكرية مع الأرز المفلّفل ويقدّم معها الطرخون.

كبة مفلية

المقادير:

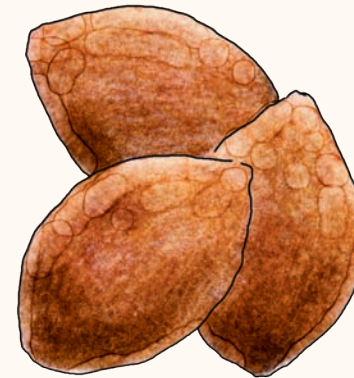
نصف كيلو لحمة هبرة مدقوقة
نصف كيلو لحمة هبرة مفرومة ناعماً
100 غرام لوز- 100 غرام جوز- 100 غرام لوز
ملح - بهار - بصلة يابسة
كوبان برغل ناعم
3 أكواب زيت زيتون للقلي

طريقة التحضير:

نتقع البرغل لمدة 20 دقيقة ثم نصفّيه. نقطع البصلة ونضعها مع البرغل والملح
نطحن البرغل مع البصلة
نعجن البرغل مع الهبرة وذلك بيد اليد بالماء البارد المضاف إليه كمية الثلج
ثم نقطع عجينة الكبة قطعاً صغيرة

تحضير الحشوة

نضع كمية من الزيت على النار ونحمّر الصنوبر والجوز واللوز بعد تقشيرهم وتقسيمهم إلى أربع قطع
نقلي اللحمية حتى تنضج ونضيف إليها القلوبات مع الملح والبهار
نأخذ قطعة الكبة ونعجنها بيدنا ونديرها حتى تأخذ شكل الكرة. ثم نرققها في وسط كفنا اليسار وبمساعدة السيابة اليمين حتى يصبح شكلها
كحبة الباذنجان التي نفرغها من داخلها
نضع ملعقة صغيرة من الحشوة داخلها ونسدّها جيداً
نضع الزيت في قدر على النار ليسخن ثم نسقط الكبة كل 4 أقراص مع بعض ونقلبها على الوجهين
يقدم مع هذا الطبق اللبن- السلطة.



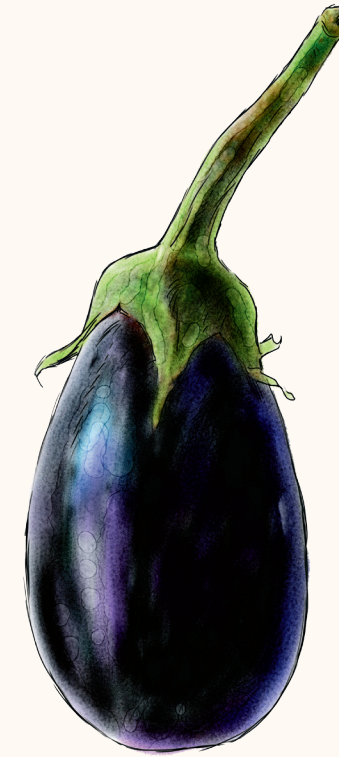
كبة سماقية

المقادير:

- كيلو باذنجان قياس كبير
- كيلو لحمة مع العظام أو موزات
- 4/1 كيلو سماق
- 4 حصوص ثوم مدقوقة
- ملعقة صغيرة نعناع يابس مطحون
- 3 ملاعق كبيرة رب بندورة
- 2/1 فتجان عصير ليمون حامض- أو حامض الحصرم

طريقة التحضير:

نضع اللحمة في القدر مع الماء والملح والبهار والسماق ورب البندورة
نسلق اللحمة حتى تنضج
في هذا الوقت نكون قد قطعنا الباذنجان إلى مكعبات من دون تقشير
نضع الباذنجان فوق اللحمة ونتركه مدة نصف ساعة مع وضع الحامض والنعناع والثوم المدقوق
وبهذا نحضر السماقية
أما الكبة فهي كما ذكر سابقاً الكبة المسلوقة
عندما نسكب السماقية نضع الكبة داخل الصحن
يقدم مع هذا الصنف الرشاد - الطرخون والبصل الأخضر.





كبة باليفطين

المقادير:

نصف كيلو يقطين مسلوق

نصف كوب حمص

باقة بقدونس مفروم ناعماً

كوب ونصف برغل ناعم

3 ملاعق طحين

ملعقتان كبيرتان سماق

4 ملاعق زيت زيتون

5 حصوص ثوم مدقوقة- 4/1 كوب سمنة

2/1 كوب جوز مدقوق

4/1 كوب صنوبر

4/1 كوب بصل مفروم جوانح

طريقة التحضير:

نطحن اليقطين

ينقع البرغل ثم يصفى ويضاف إلى اليقطين مع الطحين والبقدونس ويعجن جيداً

نحامي الزيت في القدر ونضع الحمص والبقدونس والسماق والثوم والجوز والصنوبر والملح ونحرّكها جيداً

نقسم العجينة إلى قسمين

نحضر صينية وندهن قعرها بالسمنة ونمدّ القسم الأول من العجينة ، ثم نضع الحشوة ونضع القسم الثاني من العجينة. ثم نفتح فتحة صغيرة في

نصف العجينة ونضع الكمية الباقية من السمنة على وجه الصينية ندخلها الفرن لمدة (20 دقيقة) على درجة حرارة 220 م.



كبة سيلخ

المقادير:

كوبان برغل ناعم

نصف كيلو هبرة مدقوقة

ملح - بهار - رشة فليفلة حمراء مطحونة

100 غرام صنوبر

3 ملاعق طعام سمنة حموية

بصلة يابسة

طريقة التحضير:

ينقع البرغل في الماء والملح وتتشرب البصلة وتقطع وتوضع معه

يطحن البرغل مع البصل في الماكينة مرتين

ثم يعجن البرغل مع اللحمه وتبل اليد بالماء البارد وبعدها نقطع عجينة الكبة قطعاً صغيرة

نأخذ القطعة الواحدة ونضعها بين الكفين وندوّرهما بحيث تصبح كرة صغيرة، ونضع في كل كرة حبة صنوبر

نضع الكرات على سيخ للشوي، 6 كرات في كل سيخ

ثم نحضر المنقل مع الفحم ونحضّر النار

نشوي الكبة مع تقليب السيخ على الوجهين حتّى تحمر وتنضج

نحمر السمنة في وعاء ونضع الكبة المشوية داخلها ونقلبها مدّة خمس دقائق وتقدّم ساخنة

يقدّم مع هذا الطبق اللبن أو المخلّل أو السلطة.



كبة أرنبية

المقادير:

400 غرام من الهبرة المدقوقة

كوبان برغل ناعم

بصلة

4/1 ملعقة صغيرة قرفة

2/1 ملعقة صغيرة بهار

4/1 ملعقة صغيرة فلفل أسود

الحشوة:

400 غرام من اللحم المفرومة ناعماً

3 بصالات مفرومة ناعماً

ملعقة صغيرة من الملح

4/1 كوب صنوبر مقلي

ملعقة صغيرة بهار حلو

الأرنبية

3 ملاعق من السمنة أو الزيت النباتي لقلي البصل

كيلو برتقال حامض

كيلو ونصف يوسف أفندي

4/1 كيلو ليمون حامض

2 كيلو ليمون أبو صفير (نارنج)

ملعقتان رب البندورة

ملعقتان رب الرمان

5 أكواب ماء

4/3 كيلو طحينة

ملعقتا طعام ملح

طريقة التحضير:

نحضّر الكبة ونصنع منها أقراصاً ونصفّها في صينية

يعصر البرتقال والليمون الحامض والأفندي ويصفى العصير من البزر.

بعدها نعصر أبو صفير

نضع الطحينة في القدر ويضاف الماء والعصير بالتدرّج مع الاستمرار في التحريك وذلك حتى لا تتكتّل الطحينة. وعندما تصبح الطحينة ناعمة،

نضيف الملح والخل ورب الرمان.

نضع السمنة في القدر ويضاف إليها البصل المفروم خشناً ونضعه على النار.

ثم يحرك البصل حتى يصبح لونه أحمر ثم نضع الماء ونتركه على النار مدّة 30 دقيقة

يهرس البصل في مطحنة الخضرة ويضاف إلى الطحينة والعصير ويحرّك

نضع القدر على النار ونحرّك حتّى يغلي المزيج ثم نتركه يغلي مدّة 10 دقائق

نضع أقراص الكبة الواحدة تلو الأخرى بانتباه على نار قوية..

ويحرّك المزيج بالملعقة الخشبية بهدوء

عندما يطفو زيت الطحينة على الوجه، نرفع القدر عن النار

ونصب الكبة الأرنبية في الطبق

يقدم مع هذا الطبق الأرز المزيّن بالصنوبر المحمر في السمنة.

كبة مسلوفاث

المقادير

نصف كيلو برغل ناعم

ربع كيلو هبرة مدقوقة

10 باقات سلق

3 بصالات يابسة

رمان عدد 2

4 ملاعق طعام زيت زيتون

3 ملاعق كبيرة رب الفليفلة

عصير ليمونة واحدة – باقة بقدونس مفرومة ناعماً

ملح – بهار – ملعقة كبيرة سماق مطحون

طريقة التحضير:

يغسل السلق ويفرم الورق فقط

يفرم البصل ناعماً

نضع ملعقتين من الزيت ونقلي البصل لدرجة الاحمرار

نضع السلق ونقلبه

ثم نضيف السماق والملح والبهار وعصير الليمون وحب الرمان حتى ينضج السلق

نحضّر عجينة الكبة

نقطع العجينة قطعاً بحجم البيضة

نفتح العجينة بالإصبع ونحشي الكبة بالحشوة ونسدّها جيداً

نسلق الكبة بالماء المغلي مع الملح ونضعها في مصفاة

نأخذ كمية زيت الزيتون المتبقي لدينا ونحرّك به رب الفليفلة وعصير الليمون والبقدونس ونضع الكبة داخل هذا الخليط.

يقدم هذا الطبق بارداً.





كبة نيّة

المقادير:

كيلو هبرة مدقوقة (لحمة غنم)

بصلة يابسة

ملعقتان من رب الفليفلة

ملعقة فليفلة حلوة مطحونة

بهار

250 غراماً برغل ناعم

حبق

عرق بقدونس

100 غرام صنوبر

طريقة التحضير:

يغسل البرغل ويصفى. تقشر البصلة

نخلط اللحمة مع البرغل ورب الفليفلة الحمراء والفلفل الأسود والفليفلة الحمراء المطحونة والملح والحبق والبصل

نبلّ يدنا بالماء البارد ويستحسن أن نضع داخل صحن الماء قطعاً من الثلج لبلّ يدنا عند عجن الكبة

نقطع الكبة قطعاً صغيرة ونضغط عليها بالأصابع ونضعها في الجاط

نرش الصنوبر على الوجه وكذلك نضع البقدونس في وسط الجاط للزينة

ملحظة:

يتقدّم هذا الطبق فوراً عند الانتهاء من تحضيره وتتقدّم معه المحمرة والسلطة.

المقادير:

كيلو أرز ناعم ومطحون

نصف كيلو لحمة مطحونة

4/1 ملعقة صغيرة فلفل أسود

ربع كوب ماء بارد

4/1 ملعقة صغيرة سماق

ملعقتان من السمنة

البشوة

ربع كيلو لحمة مفرومة ناعماً

بصلتان متوسّطتا الحجم

100 غرام صنوبر

100 غرام لوز مقشور

طريقة التحضير:

يخلط الأرز واللحمة المطحونة مع إضافة الملح وكمية من الماء

ويعجن خليط الأرز واللحمة حتى يصبح عجينة واحدة متماسكة

تقسم عجينة كبة الأرز إلى قسمين ونفرد القسم الأول في صينية مدهونة بالسمنة

توضع اللحمة المفرومة المقلية مع البصل والملح والفلفل والبهار والسماق مع الصنوبر واللوز المقلي

يفرد القسم الآخر من عجينة كبة الأرز على اللحمة وتغطى تماماً مع مسح الوجه بقليل من السمنة مع إضافة كوب من الماء

نحمّر الصينية في فرن على درجة حرارة 300 ويحمّر الوجه قليلاً.

تقدّم ساخنة مع سلطة الخضر.



كبة صاجيّة

المقادير:

كيلو برغل ناعم

كيلو لحمة هبرة مدقوقة (أي مطحونة جيداً مع الملح)

كيلو لحمة ناعمة (لحمة حشوة)

نصف كيلو شحمة - نصف كيلو لحمة ناعمة

2/1 ملعقة فليفلّة حمراء مطحونة

2/1 ملعقة نعناع يابس- 200 غرام صنوبر- 300 غرام جوز مقطّع قطعاً صغيرة

3 بصلات يابسة

طريقة التحضير:

ينقع البرغل مع الملح والبصلة

يطحن البرغل في الماكينة 3 مرات

يعجن البرغل مع الهبرة باليد وذلك ببلّها بالماء البارد ويستحسن أن نضع قطعة ثلج في الماء، ثم نقطع العجينة قطعاً بحجم الكرة

نخلط الشحمة مع الفليفلّة الحمراء والبهار والقرفة المدقوقة والنعناع اليابس

نقلي اللحمة في السمنة ونحمّص الصنوبر في السمنة وكذلك الجوز

نخلط اللحمة مع الصنوبر والجوز والشحمة ونصنع منها كتلاً صغيرة

نضع لوحاً خشبياً ونمدّ عليه شاشة مبلّلة بالماء ونأخذ عجينة البرغل ونمدّها عليها بشكل قرص دائري رقيق

نضع على القرص 3 كرات من الشحمة واللحمة ونمدّها عليها

ثم نرق قرصاً ثانياً باليد ونضعه فوق الأول ونلرزق الأطراف على بعضها بشكل جيد حتى تصبح قرصاً واحداً رقيقاً

نحضر المقلّاة ونضع فيها ملعقة سمنة ونضع القرص على النار ثم نقلبه على الوجه الثاني حتى يصبح لونه أحمر.

ويمكن استعمال الصاج في خبز الكبة

تقدّم مع اللبن أو السلطة.

كبة بالحيلة

المقادير:

كوبان برغل ناعم

3 ملاعق طعام طحين

بهار مشكل- ملعقة فليفلّة حمراء مطحونة

2/1 فتجان زيت زيتون

1 بصلة كبيرة مفرومة ناعماً

رشّة زعفران

بصلة مفرومة أجنحة

طريقة التحضير:

ينقع البرغل في الماء الساخن ويترك جانباً

نضيف الطحين مع الملح والبهار والفليفلّة الحمراء ونعجنه مع البرغل والبصل المفروم والزعفران

نضع زيت الزيتون في صينية ونضيف إليه البصل المفروم أجنحة

ثم نمدّ عجينة الكبة فوقه ونبلّ يدنا بالماء البارد لتسهيل عملية المدّ

نقطعها بالسكين إلى مربعات ونضعها في الفرن على درجة حرارة 350 حتى تتحمّص الكبة وتنضج.

يقدّم هذا الطبق مع سلطة خضراء ولبن.

ملحظة: يمكن حشو الكبة إذا إردنا بحشوة حب الرمان والصنوبر.



كبة صينية

المقادير:

كوبان برغل ناعم

500 غرام لحمة هبرة مدقوقة (أي مطحونة ناعماً)

بصلتان

ملعقة صغيرة ملح - كأس ماء

مقادير الحشوة: 500 غرام لحمة مفرومة - ½ ملعقة صغيرة بهار - ملح حسب الرغبة

½ كوب صنوبر وجوز مقطع قطعاً صغيرة

¼ كوب فستق حليبي

بيضة

ملعقتا طعام سمينة عربية (سمينة حموية)

طريقة التحضير:

يوضع البرغل في صينية ويغسل ويصفى منه الماء

يوضع الملح والهبرة والبصل في ماكينة الكبة وتطحن 3 مرات

يوضع القليل من الماء وتعجن باليد ثم تقطع إلى قطعتين

توضع القطعة الاولى في الصينية المدهونة بالسمينة بسماكة 1 سم تقريباً وتمسّد باليد جيداً حتى تصبح كأنها قطعة واحدة. ثم توضع الحشوة والبيضة وتخلط الحشوة مع البيضة جيداً ثم توزّع الحشوة على الصينية. بعد ذلك ترق بقية الكبة وتوضع فوق الحشوة ثم تمسّد جيداً وتضغط باليد إلى أن يصبح سطحها مستوياً تماماً.

ثم نبدأ بتقطيعها بشكل معينات صغيرة ونضع فوقها بقية السمينة وندخلها الفرن إلى أن تحمر من الأسفل ثم تحمر من الأعلى.

تخرج من الفرن وتقطع وتوضع في طبق.

ملحظة: عمل الحشوة

ملعقة صغيرة من السمينة تقلى فيها اللحمة

نقلي الصنوبر على حدة، كذلك اللوز، والفستق، والجوز

ويخلط الجميع ثم يوضع مع اللحمة والبهار والملح

تقدّم الكبة مع اللبن أو السلطة أو المخلل.



الكبة المبرومة على الطريقة الحلبية

المقادير:

كيلو برغل

كيلو لحمة هبرة غنم

بصلتان مقطعتان إلى أرباع

الحشوة:

نصف كيلو لحمة غنم مفرومة ناعماً

نصف كيلو لحمة غنم مفرومة خشناً

فستق حليبي (كمية كبيرة)

ملح

بهار

بهار مشكل

قرفة ناعمة

سمنة ويفضل استعمال السمنة البلدية (السمنة الحموية)

طريقة التحضير:

تحضير العجينة: ننقع البرغل في الماء البارد مدة ربع ساعة ثم نصفيّه في المصفاة ونكبسه باليد لنتخلص من الماء الزائد.

نطحن البصل والبرغل في ماكينة فرم اللحمية على دفعات، ونكرر طحن البرغل ثلاث مرات. نضع الخليط جانباً.

نخلط اللحمية الهبرة مع البهارات والبرغل ونعجنها جيداً مع بلّ اليدين بالماء البارد حتى تصبح العجينة ليّنة ومتماسكة.

تحضير الحشوة:

نقلي اللحمية الخشنة ونضع معها البهارات ونتركها حتى تبرد

نخلط اللحمية الناعمة النيئة مع الحشوة والفستق حتى نحصل على عجينة متماسكة.

نطابق الوصفة:

ندهن العجينة بالسمنة ونفرد قسماً من عجينة الكبة على ورق نايلون مبلول بالماء على شكل مستطيل متوسط الحجم. نضع قسماً من الحشوة في

المنتصف ثم نلفّ النايلون من أحد الأطراف ونلفّ معها الكبة بعدما لفينا العجينة فوق الحشوة بمساعدة ورق النايلون. نلمس السطح باليد المبلولة

بالماء ونسدّ الأطراف بعجينة الكبة وننقلها بحذر إلى الصينية المدهونة بالسمنة وبهذا نحصل على أول أسطوانة نضعها في الصينية.

نكرّر العملية ونصف الأسطوانة الثانية ونكرّر العملية مع ترك مسافة بين الأسطوانات حتى لا تلتصق ببعضها البعض، وهكذا حتى تنتهي عجينة الكبة.

بطرف سكين غير حاد، نرسم خطوطاً مائلة على وجه الكبة المبرومة لتحديد حجم القطع بحيث نمرّر السكين بشكل لطيف (حجم القطع مثل حلو البرما).

ندوب السمنة على نار هادئة ثم ندهن وجه الكبة بالسمنة ونضعها في فرن متوسط ونسقي الكبة من حين إلى آخر بالسمنة حتى لا يجفّ وجهها وتترك حتى تنضج.

بعد أن تبرد الكبة قليلاً تقطع من مكان التحديد نفسه. ترتب قطع الكبة في طبق التقديم وتزيّن حسب الذوق.

يقدم هذا الصنف من الكبة مع السلطة أو الفتوش أو اللبن.

ملاحظة: إذا قطعت الكبة وهي ساخنة تنفّمت.



كبة أرمان (الطريقة الحلبية)

طريقة تحضير الأرمان

المقادير:

كيلو لبن غنم

بيضتان

كيلو لحمه غنم مع العظام

بهارات مشكلة (بهار مشكل، ورق غار، أعواد قرفة، حب الهال)

ملعقة طعام سمنة

طريقة التحضير:

تسلق اللحمه في الماء مع البهارات مدّة ساعة ثم نصفيّها ونضعها جانباً.

نخفق اللبن مع البيض في وعاء ثان ثم نضعه على نار هادئة مع ضرورة التحريك حتى يبدأ الغليان.

نضيف اللحمه وكوباً من مرقة اللحمه إلى اللبن المغلي ونحركه، ثم نضع السمنة ونتركها على نار هادئة مدّة عشرة دقائق تقريباً.

عمل الكبة:

المقادير:

2 كيلو برغل ناعم

ربع كيلو هبرة

بصلتان يابستان

ملعقة ملح - كوب ماء عند اللزوم

½ ليتر ماء للسلق

مقادير الحشوة:

½ كيلو لحمه مفرومة

¼ كوب صنوبر

ملعقة سمنة - ملح - بهار مشكل

طريقة تحضير الحشوة:

نحמי السمنة ونقلي الصنوبر ثم نضع اللحمه والملح والبهار ونقلبها حتى تنضج اللحمه ونتركها تبرد.

طريقة تحضير عجينة الكبة

يوضع البرغل في وعاء وينقع في الماء ثم يصفى الماء عنه ونطحنه مع اللحمه والبصلة والملح في ماكينة الكبة ثلاث مرات متتالية، يضاف القليل من

الماء إذا احتاج الأمر.

نقطع العجينة قطعاً صغيرة وتحشى قطع الكبة ثم تكور.

بعد ذلك نضع ماء مع الملح في طنجرة ونضعها على النار الى أن تغلي ثم نسقط الكبة في الماء ونتركها مدّة 20 دقيقة تغلي على نار هادئة.

ترفع الكبة من الماء وتوضع في مصفاة حتى يصفى الماء جيداً ثم توضع في طبق عميق ويصب عليها القرمان.

يقدّم مع هذا الطبق رشاد - طرخون - فجل.

الكبة السفرجلية

مقادير السفرجلية:

2 كيلو سفرجل

1 كيلو لحمه موزات غنم

5 حصوص ثوم

كوب من صلصة البندورة

½ كوب من عصير الرمان

ماء حصرم

ملعقة صغيرة سكر، ملعقتان سمنة بلدية

ملح حسب الطلب

½ ملعقة نعناع يابس

طريقة التحضير:

نضع السمنة في القدر على النار ثم نضع اللحمه ونقلبها قليلاً، ثم نضيف الملح والماء ونسلقها مدّة نصف ساعة، ثم نضيف البندورة ونترك اللحمه

وصلصة البندورة حتى تغلى على النار.

نضيف ماء الحصرم وعصير الرمان وملعقة السكر والثوم بعد أن نطحنه مع الملح ونتركها على النار حتى تنضج اللحمه.

نضع السفرجل ونحرّك المزيج ونرش النعناع على المزيج ويترك القدر من دون غطاء حتى ينضج السفرجل.

أما تحضير السفرجل:

فقبل أن نضعه فوق اللحمه:

نغسل السفرجل ونقسم كل سفرجلة إلى نصفين وننظّفها من البزر ونقطع كل نصف إلى قسمين وكل قسم منه نقسمه قسمين أيضاً أي تقسم

السفرجلة الواحدة 8 قطع.

أما الكبة فنحضّرُها كما حضّرناها في كبة القرمان.





الكبة المشوية

المقادير:

نصف كيلو برغل ناعم نظيف ومغسول
نصف كيلو لحمة هبرة غنم مدقوقة
بصلة كبيرة مقشّرة ومقطعة إلى أرباع
ملعقة صغيرة ملح
نصف ملعقة صغيرة بهارات

مقادير الحشوة:

نصف كيلو لحمة مفرومة
ربع كيلو شحم خروف مفروم ناعماً
ملح
بهار مشكل
ملعقة كبيرة فليفلة حمراء مطحونة
نعناع يابس (اختياري)

طريقة التحضير:

تحضير العجينة:

نتقع البرغل في الماء البارد مدّة ربع ساعة ثم نصفّيه في المصفاة حتّى نتخلّص من الماء الزائد ونتركه جانباً.
نطحن البصلة المقطّعة والبرغل في ماكينة فرم اللحمية على دفعات، ثم نكرّر طحن البرغل مع البصل ثلاث مرات. نرفع الخليط ونتركه جانباً.
نرشّ البهارات على اللحمية ونخلطها مع البرغل ونعجن الكبة بيدينا مع بلّهما بالماء البارد حتّى تصبح العجينة ليّنة ومتماسكة.

تحضير الحشوة:

نقلي اللحمية المفرومة مع قليل من السمّنة ونقلب الخليط على النار حتّى ينضج ثم نرش البهارات والملح ونضع الفليفلة فوق الشحمة والنعناع.
نضيف الجوز واللحمية حتّى تتجانس الحشوة.

تحضير الكبة

اقسمي العجينة إلى كرات متوسّطة الحجم
خذي صحناً مستويّاً واقليه على قفاه وضعي ورق نايلون، ثم خذي كرة من الكبة وضعيها فوق ورق النايلون وضعي فوقها كيس نايلون آخر، ثم رقيّ الكبة حتّى تحصلي على قرص رقيق.
رقي قرصاً آخر بالطريقة نفسها ووزّعي عليه الحشوة بالملعقة ثم ضعي القرص الأول على الثاني بحذر والصقيهما معاً بيدك المبلولة بالماء البارد.
ثم انقلي القرص إلى كفّ اليد المبلولة بالماء وأديره بلطف وحذر حتّى يستوي شكله ويصبح جاهزاً وله شكل مثل القبة
نحضّر الأقراص الباقية بالطريقة نفسها.



بالنسبة إلى الشوي، لدينا طريقتان:

الطريقة الأولى:

نشويها على نار الفحم بحيث نضع شواية (شبكة) فوق الفحم ونرص أقراص الكبة عليها مع تقليبها على الجهتين حتى تصبح بنية اللون وتضج، وهذه هي الطريقة الأصلية.

الطريقة الثانية:

نشويها في الفرن مع التقليب أيضاً حتى تنضج.

تقدّم الكبة المشوية ساخنة مع سلطة عصير الرمان أو مع السلطة أو الفتوش أو اللبن.

ملحظة:

تختلف كل مدينة من مدن سورية عن الأخرى بطريقتها في تحضير الكبة المشوية.

في بعض المدن، يضعون رب الرمان أو حبات الرمان مع حشوة الكبة المشوية للتخفيف من دسامة الشحمة.

في بعض المدن يضعون حبتين من البصل المفروم والمقلي مع الحشوة.

أما في مدينة حلب فيبعد أن تشوى الكبة على الفحم، تحمر السمنة الحموية في طنجرة على النار وتوضع الكبة فيها وتقلّب.



المقادير:

3 أكواب طحين

كوب سميد

50 مللتر ماء

60 مللتر زيت

ملح حسب الطلب

مكونات الحشوة:

3 أكواب سلق مفسول ومقطّع

بصلتان مفرومتان ناعماً

1/2 باقة بقدونس مفروم ناعماً

حبّتا بندورة مفرومتان ناعماً

ملعقة سماق مطحون

1/4 ملعقة من كل من (بهار أسود - بهار أبيض - قرفة - فلفل)

طريقة التحضير:

يفرك السميد مع الطحين والماء والزيت والملح

يستمرّ الفرك حتى تصبح العجينة متماسكة

نقطع العجينة قطعاً صغيرة، نأخذ القطعة الصغيرة ونفتحها بالإصبع على شكل بيضوي

ونحشي من الحشوة ونقلها جيداً.

نقليها في زيت الزيتون حتى تحمر وتوضع في طبق وتزيّن بالبندورة المقطّعة دوائر والبقدونس.



كبة بصلية

المقادير:

1/2 كيلو هبرة مدقوقة

4 أكواب برغل ناعم

كوبان من الماء

ملعقة ملح وملعقة فليفلة حمراء مطحونة

4 ملاعق عصير ليمون

ملعقتان من الزبدة

ملعقتا طعام نعناع يابس

8 بصلات مفرومة أجنحة

ملعقتا طعام سماق مطحون

طريقة التحضير:

ينقع البرغل بعد غسله ونضيف الملح ونطحنه مع بصلة واحدة في ماكينة الكبة 3 مرات

نعجن البرغل المطحون مع الهبرة حتى تصبح كتلة طرية

نقلي البصل المفروم أجنحة في الزبدة حتى يشقر لونه ونضيف إليه السماق والنعناع والفليفلة الحمراء ونحرّكه.

نقطع عجينة الكبة إلى قطعتين.

نحضر صينية وندهنها بقليل من الزبدة ونرق النصف الأول على أرض الصينية ونبلّ كف اليد في الماء ونمسّدها

نضع البصل المقلي مع التوابل على الوجه ونأخذ القسم الثاني من العجينة ونمدّه على الوجه ونقطع الكبة بالسكين مثل تقطيع البقلاوة أي بشكل

مثلثات وندهن وجه الكبة بالزبدة

نضعها في الفرن حتى تنضج

تقدّم هذه الكبة مع السلطة والمخلل والرشاد.





كبة السمك

المقادير:

نصف كيلو من السمك الأبيض من دون حسك

كوبان برغل

ملعقة صغيرة كزبرة يابسة

$\frac{1}{2}$ باقة كزبرة خضراء

رشة قرفة

$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة بهار مشكل

رشة فليفلة حمراء مطحونة

ملعقتان برش ليمون حامض + كوبان زيت زيتون

البشوة:

5 بصلات مقطّعة أجنحة ومقلية في الزيت

200 غرام صنوبر

رشة كمون + رشة كزبرة يابسة

طريقة التحضير:

يطحن السمك في ماكينة الكبة مع البرغل وجميع المكونات المذكورة

نحضر صحناً فيه ماء بارد لبلّ كف اليد

نقرّص الكبة بعد عجنها وجبلها وبعد أن اصبحت عجينة متماسكة طرية

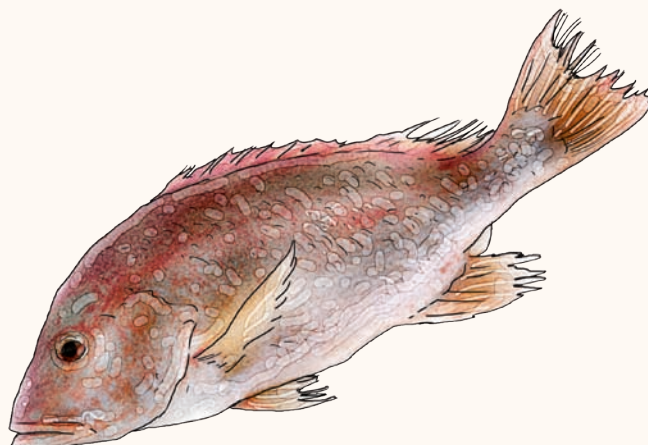
نقطعها إلى قطع بشكل حجم البيضة

نأخذ قطعة العجين من الكبة ونفتحها بالإصبع ونجعلها محفورة مثل الكوسا الصغيرة المفرومة

نضع الحشوة داخلها ونختمها جيداً

نحضر الزيت ونقليها فيه حتى تحمر

نقدّم مع هذا الطبق السلطة – المخلل.



كبة عدس

المقادير:

3 أكواب من العدس الأصفر المجروش

6 أكواب ماء

كوبان من البرغل الناعم

$\frac{1}{2}$ ملعقة طعام رب الفليفلة

$\frac{1}{2}$ كوب عصير ليمون

بصلتان مفرومتان ناعماً

ملعقتان من الطحين

كوب زيت زيتون

رشة كمون

$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

طريقة التحضير:

نغسل البرغل ونصفيه، ونغسل العدس ونصفيه

نضع العدس مع الماء ونسلقه جيداً حتى ينضج

نخلط البرغل مع البهارات ورب الفليفلة والليمون

ونضيف قليل من ماء سلق العدس ونتركه 10 دقائق ثم نعجن الخليط جيداً

نضيف العدس إلى العجينة وندعكه جيداً حتى يصبح عجينة متماسكة

نقرص هذه العجينة ونغمس في الطحين ونقلّي في الزيت الحامي

تقدّم مع هذا الطبق سلطة الخيار مع البندورة والمخلل.



كبة الكشك

المقادير:

نصف كيلو هبرة مدقوقة

كوبان برغل

4 بصلات

4 ملاعق طعام كزبرة يابسة

10 حصوص ثوم

5 ملاعق طعام سمنة

كوبان كشك

رشة بهار

الحشوة:

نصف كيلو جوز

3 بصلات

رشة بهار

طريقة التحضير:

ينقع الكشك ثم يطحن

ويوضع في القدر على النار حتى يصبح الكشك كثيفاً (أكثر من الشوربة)

تحضير الحشوة:

نقلي البصلة في السمنة حتى تصفر

نضع الجوز فوقها ونقليه مدّة 3 دقائق مع رشة بهار

تحضير الكبة:

يغسل البرغل ويصفى

نطحن البرغل في الماكينة مع الملح وبصلة واحدة

ثم نطحن اللحمة مع البرغل ثلاث مرات

يصبح لدينا عجينة ندعكها باليد التي نبللّها بالماء البارد

نقطع العجينة قطعاً متوسّطة أكبر من حجم البيضة

نرقّ الكبة باليد ونجعل كل واحدة على شكل عرموطة ونضع ملعقة صغيرة من الحشوة ونغلقها

نسقط الكبة الواحدة تلو الأخرى في الكشك ونتركها تسلق داخله

نسحبها بالكفكير ونضعها في مصفاة مدّة 5 دقائق

نحضر طواية كبيرة ونضع باقي السمنة فيها ونضع الثوم المدقوق ثم الكزبرة اليابسة ونقلب الكبة داخلها مدة خمس دقائق.

نصب الكشك في الصحن ونضع الكبة في جاط إلى جانبه.

المقادير:

3 أكواب برغل ناعم

1/2 كوب سميد

ملعقة طعام من رب الفليفلة

بصلة

كوب زيت زيتون

الحشوة:

بصلتان

كوب طحينة

ملعقة طعام بهار مشكل

نصف كوب صنوبر

نصف كوب جوز

الصلصة:

راس كامل ثوم

1/2 كوب زيت زيتون

ملعقة طعام رب الفليفل

طريقة التحضير:

يغسل البرغل ويصفى ويخلط مع السميد والبصل المبشور ورب الفليفلة والملح ويحرك جيداً..

نضيف الماء ونعجن الكل حتى نحصل على عجينة، نغطي العجينة ونتركها.

تحضير الحشوة:

نفرم البصل ناعماً ونضيف إليه الملح ونفركه ثم نفسله ونضيف إليه الجوز والصنوبر والبهار والطحينة ونخلطه جيداً

نقرص الكبة ونحشي الأقراص من هذه الحشوة

نحמי الزيت في مقلاة ونقلّي الكبة في الزيت، 3 أقراص فقط كل مرة، ثم نضعها على ورق المطبخ ليمتص الزيت

الصلصة: يخلط الثوم المدقوق مع الملح وزيت الزيتون والكمون ومعجون الفليفلة ويقدّم في طبق إلى جانب الكبة.



كبة السبانخ

المقادير:

½ كوب برغل ناعم

كوب ونصف سميد

ملعقة طعام ملح

¼ كوب طحين

بصلتان 3 ملاعق طعام رب الفليفلة

10 حصوص ثوم مدقوقة مع الملح

كوب زيت زيتون

كوبان جوز مفروم ناعماً

كيلو ونصف سبانخ

كيلو بصل يابس

ملح - بهار - رشّة فليفلة حمراء

ملعقة سماق

3 ملاعق طعام عصير الليمون

طريقة التحضير:

نخلط البرغل والسميد والطحين مع البصلة وملعقة رب الفليفلة مع الماء

ندعكها جيداً باليد حتى تتماسك وتصبح عجينة طرية

نفرم البصل ناعماً ونسلق السلق في الماء والملح ونعصره جيداً ونفرمه ناعماً

نقلي البصل في الزيت حتى يذبل، نضيف إليه السبانخ ونقلبه مدّة 5 دقائق

نطفئ النار ونضيف كوباً من الجوز المفروم والملح والبهار ورشة فلفل أحمر والسماق وثلاث ملاعق من عصير الليمون ونحرّك المزيج جيداً.

نقطع عجينة الكبة ونجعل منها أقراصاً شكلها بيضوي ونحشي القرص من هذه الحشوة ونسدّها جيداً

نقلي الأقراص في زيت الزيتون الحامي

تحضير الصلصة:

نخلط كوباً من الجوز المفروم مع الثوم المدقوق ورب الفليفلة مع زيت الزيتون ونبلّل كل قرص بهذه الصلصة.

تقدّم ساخنة.

كبة الطحينة مع الجوز (كبة لأخفانية)

المقادير:

كوب ونصف برغل

¾ كيلو لحم عجل (هبره مدقوقة)

½ ملعقة كمون

رشّة بهار متنوع

ملح - بصله مفرومة ناعماً

الحشوة:

400 غرام لحمة مفرومة

بصلة

ملعقتا طعام زيت

ملح

رشّة بهار

الصلصة:

كوب طحينة

¼ كوب جوز

ملعقتان عصير الليمون

¼ ملعقة فليفلة حمراء مطحونة

ملعقة طعام نعناع أخضر مقطع قطعاً متوسطة

¼ كوب ماء

طريقة التحضير:

نخلط مكوّنات الكبة ونعجنها مع الماء لتصبح طرية

نحضّر الحشوة

نحشي الكبة ونختمها جيداً

نضع الماء مع الملح ونتركه يغلي ثم نسلق الكبة حتى تطوف على وجه الماء، نسحبها ونضعها في المصفاة.

نخلط الكبة بالماء ونضيف إليها الجوز المفروم وعصير الليمون والفليفلة الحمراء.

نصف الكبة في الجاط ونصب عليها الصلصة ونزينها بالنعناع الأخضر.





كبة بالفاول الأخضر (مشمشية)

المقادير:

$\frac{3}{4}$ غرام من حب الفول الأخضر

300 غ لحمه موزات غنم

4 أوراق سلق

باقة كزبرة خضراء

2 كيلو لبن - 15 قرص كبة بحجم الجوزة

ملعقة ونصف نشاء (طحين الذرة)

ملح - رشة بهار

5 حصوص ثوم

$\frac{1}{4}$ كوب زيت نباتي

طريقة التحضير:

نسلق اللحمه مع الماء وقبل نضوجها بقليل نرفعها عن النار ونتركها جانباً.

نقلي الفول في الزيت لمدة 7 دقائق ونغسل الكزبرة ونفرمها ناعماً.

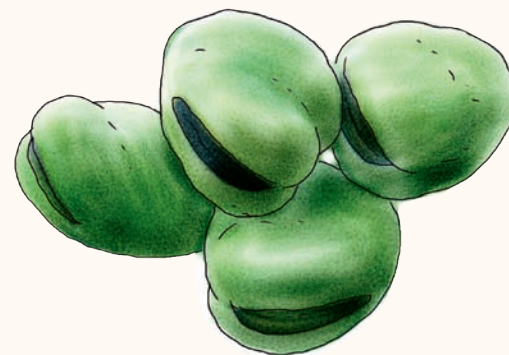
ندق الثوم مع الملح.

نخفق اللبن ونسخّنه ونضيف إليه النشاء بعد تذويبه في قليل من الماء ونتركه على النار.

نضيف الفول المغلي إلى اللحمه مع الكزبرة والثوم ونحركها جيداً ونضيف ايضاً أوراق السلق المفرومة نضيف اللبن إلى اللحمه أيضاً ونتركه على نار

خفيفة حتى تتضج اللحمه واللبن معاً. نسقط أقراص الكبة بانتباه حتى لا تتشقق.

نتركها على نار خفيفة مدة 10 دقائق ثم تقدّم ساخنة.



كبيبات

المقادير:

كوبان من البرغل

كوبان من السميد

ملح

$\frac{1}{2}$ ملعقة طعام بهار مشكل

$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

الحشوة:

ربع كيلو لحمه كفتة

بصلة - $\frac{1}{4}$ باقة بقدونس

$\frac{1}{2}$ ملعقة طعام ملح لسلق الكبة

طريقة التحضير:

نخلط البرغل مع السميد والفليفلة الحمراء ونضيف كمية من الماء وندعكه جيداً حتى تصبح العجينة متماسكة وطرية.

نغطّي الوعاء بفوطة مبلّلة بالماء ونتركه مدّة ساعتين.

نحضّر الحشوة وذلك بخلط اللحمه مع البصل المفروم والبقدونس المفروم والبهار والملح.

نقرّص عجينة الكبة ونفتح كل قطعة بالإصبع ونحشي داخلها ثم نختمها جيداً ولا ننسى بلّ اليد بالماء دائماً.

نغلي الماء مع الملح ثم نضع فيه الكبيبات ونتركها حتى تطوف على وجه الماء.

نرفع الكبيبات من الماء المغلي بواسطة الكفكير ونضعها في طبق وتقدّم ساخنة.

يقدّم معها المخلل - السلطة.



كبة نيّة بالجرن

المقادير:

- كيلو لحمة هبرة
- كوبان برغل ناعم
- $\frac{1}{2}$ ملعقة قلقل حلو
- $\frac{1}{4}$ ملعقة قلقل أحمر
- بضعة أوراق مردقوش مفرومة
- أوراق نعناع طازجة
- زيت زيتون للتقديم
- 3 أوراق حبق – رشّة صنوبر
- رشّة بهارات – 3 بصلات مقطعة قطعاً

طريقة التحضير:

تدقّ الهبرة في جرن الحجر حتى تصبح كالمرهم

يغسل البرغل ويصفى

يدق البرغل مع الكبة في الجرن والبصلة والحبق والمردقوش

نبللّ يدنا بالماء البارد ونضع الكبة في صينية ونعجنها مع البهارات حتى تصبح كتلة متماسكة طرية.

تمدّ الكبة في جاط مدور ونمهدّ سطحها بالأصابع المبلّلة بالماء

ونزيّنّها بورق النعناع والصنوبر والبصل

يقدّم معها زيت الزيتون.

ملحظة: الكبة معروفة منذ قديم الزمان وهي كانت تدق في الجرن في المدن والأرياف. ومنذ وقت طويل دخلت الآلات الكهربائية.

وما زال الجرن موجوداً ويستعمل وخاصّة في الأرياف.

كذلك يوجد الماكينة اليدوية التي تستعمل حتى اليوم لطحن البرغل واللحمة.

كبيبات بالسلق

المقادير:

- كوب طحين
- كوب ونصف برغل ناعم
- ماء – كوب زيت زيتون
- رشّة ملح
- 4 باقات سلق
- 3 بصلات
- $\frac{1}{2}$ ملعقة فليفلة حمراء
- نصف كوب عصير الليمون
- 6 حصوص ثوم

طريقة التحضير:

نخلط البرغل مع الطحين ورشة الملح ونضيف كوب ماء ونفرك البرغل مع الطحين حتى يصبح عجينة متماسكة.

نغسل السلق ونقطّعه قطعاً صغيرة ونفركه مع البصل المفروم والفليفلة الحمراء حتى يذبل.

نقطع العجينة ونجعل كل قطعة على شكل مخروطي ونحشيها بالسلق.

نسلق المخروط في الماء المغلي

ثم نضعها في الصينية حتى تبرد.

نضع الحمص مع الزيت والثوم المدقوق ونضع الكبة فيها وتقدّم للطعام.



الكمونة

تستعمل في تحضير كبة الفراكة وهي معروفة في الجنوب اللبناني ولذيذة الطعم.

المكوّنات:

ملعقة طعام كمون

3 عروق حبق

6 وريقات ورد يابس

¼ ملعقة صغيرة قرنفل

عودان من القرفة

4 عروق نعناع أخضر (نقطف الأوراق عنها)

بصلة يابسة

حبتان من البصل الأخضر

قرنان من الفليفلة الحرة

¼ ملعقة صغيرة بهار

3 ملاعق جوز

فتجان ونصف برغل ناعم

قرنان من الفليفلة الحلوة

طريقة التحضير:

نقطع البصلة اليابسة والبصل الأخضر والفليفلة

توضع جميع المكونات مع بعضها وتطحن جيداً.

المقادير:

نصف كيلو بطاطا

فتجان برغل ناعم

1 ½ فتجان كمونة

طريقة التحضير:

تسلق البطاطا وتقشر وتطحن في المطحنة

يفرك البرغل بالقصعة حتى ينعم

نضع البرغل مع البطاطا والكمونة والملح ويعجن مع إضافة ماء بارد

تقطع الكبة وترص كل قطعة بالكف وتوضع في الصحن

يزيّن الصحن بأوراق النعناع

ويقدم مع الكبة صحن من زيت الزيتون.

الكبة النية الإدليّة

المقادير:

كيلوهبرة

كوبان من البرغل الناعم

10 قرون فليفلة حمراء ناشفة

200 غرام دهن خروف

½ ملعقة كمون

½ ملعقة بهار مشكل

طريقة التحضير:

تدقّ الهبرة في جرن حجر حتى تصبح ناعمة

يفسل البرغل وينقع لمدة ربع ساعة ثم يصفى

ننقع قرون الفليفلة الحمراء اليابسة لمدة ساعة - يدقّ الدهن في جرن الحجر

تضاف الفليفلة إليها وتطحن في ماكينة الكبة

يطحن البرغل مع البصل والكمون والبهار

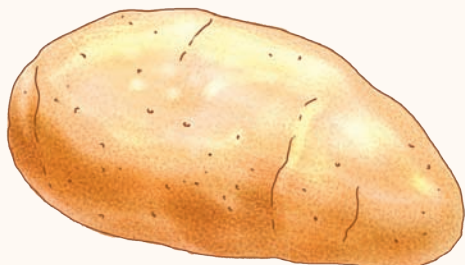
يفرك بالكفين داخل وعاء الفخار (القصعة)

حتى يصبح طرياً وتضاف إليه الهبرة المدقوقة ويعجن معها ويفرك بشكل جيد

ثم يعمل منها قطع مخروطية بطول الشبر وتدهن بالفليفلة والدهن.

وتوضع في جاط بشكل هرم وينثر عليها البقدونس المفروم وتقدّم

يقدم مع هذا الطبق البصل، اللبن، الزيت مع الجوز المفروم.





كبة لبنية

المقادير:

كيلو لحمة موزات

3 فتاجين برغل ناعم

نصف كيلو لحمة هبرة مدقوقة

ربع كيلو لحمة مفرومة

2/1 فتجان أرز

2 كيلو لبن

ملعقة طعام نشاء (طحين الذرة)

2/1 ملعقة طعام نعناع يابس

3 حصوص ثوم

3 ملاعق طعام سمنة حموية

ملح - رشة بهار

ملعقة كبيرة صنوبر - بصلة واحدة

طريقة تحضير الكبة:

يفسل البرغل ويعصر ويطحن مع الملح والبصلة في الماكينة

ثم يعجن البرغل المطحون مع الهبرة المدقوقة ويضاف القليل من الماء البارد

الحشوة:

نحمّي السمنة على النار ونضيف اللحمة والملح والبهار ثم نضيف الصنوبر ونقلبها حتى تنضج اللحمة

نقطع عجينة البرغل إلى قطع دائرية صغيرة ونفتح الدائرة باليد ونضع داخلها الحشوة ونسدّها جيداً،

نضع وعاء فيه ماء على النار ونغليه مع الملح ثم نضع بعض أقراص الكبة ونتركها تغلي.

ثم نسحبها ونضعها في مصفاة وهكذا حتى ينتهي سلق الكبة.

اللبنية

نقلي اللحمة الموزات في السمنة ونضيف إليها الماء والملح ونتركها حتّى تنضج اللحمة

يذوّب النشاء في فتجان ماء بارد ويضاف إلى اللبن

يضاف الأرز إلى اللبن مع خمسة فتاجين من مرقة اللحمة المسلوقة

يوضع اللبن على نار متوسطة ويحرّك باستمرار في اتجاه واحد إلى أن يغلي

يضاف اللبن فوق اللحمة وندقّ الثوم مع قليل من الملح والنعناع اليابس ونضيفه إلى القدر ونتركه يغلي مدّة خمس دقائق

توضع الكبة في اللبنية وتقدّم ساخنة.

المحشي

11) سندوانات (قبوات)

12) محشي الكوسا بالحامض

13) محشي الكمأة مع مسقعة الكمأة

14) اليبرق

15) محشي اللفت

16) الفوارغ المحشية

17) شيخ المحشي بالقرع الشتوي (اليقطين)

18) شيخ المحشي بالبادنجا

1) محشي القرع

2) محشي السلق

3) محشي البطاطا

4) محشي الباذنجان بالأرز

5) شيخ المحشي والمحشي كوسا

6) محشي الملفوف

7) محشي الجزر

8) محشي الكوسا مع مسقعة البندورة

9) محشي عجوز بالفريكة

10) محشي باذنجان بالبرغل

11) سندوانات (قبوات)





محشي الفرع

المقادير:

3 كيلو قرع

500 غرام لحمة مفرومة خشناً

كوب أرز

كوبان من عصير البندورة

كوب من الحصرم (أو الليمون الحامض)

200 غ لحمة بعظمها

50 حص ثوم

100 غرام لوز مسلوq ومقشور

½ ملعقة صغيرة بهار (سبع بهارات)

رشة نعناع يابس

ملح

طريقة التحضير:

يغسل القرع وينشف. تقطع الرأس ونقشّره بالسكين بانتباه كي لا نجرح القرع

نتقر قلب القرع بالمنقارة ونغسله بالماء البارد من الداخل والخارج ونتركه في مصفاة، نقسم اللوز بالطول.

نخلط اللحمة مع الأرز المغسول ونضيف البهارات واللوز ونحرّكه جيداً.

نحشي القرع بالحشوة (اللحمة مع الأرز) ونترك فراغاً في القرعة (1 سنتم) بدون حشوة

نضع اللحمة بعظمها في قعر القدر ونغمرها بالماء مع رشة ملح ونتركها حتى تغلي

نضيف القرع في القدر فوق اللحمة ونغمره بماء الحصرم مع عصير البندورة

نتركه على نار خفيفة لمدة ساعة ونصف، ثم نضع الثوم والنعناع اليابس فوق القدر ونتركه مدة 10 دقائق على النار.

نضيف الصلصة ونسكب المحشي في جاط ونضع الصلصة واللحمة بعظمها في جاط ثان ونقدّمها ساخنة.

محشي السلق

المقادير:

2 كيلو سلق

400 غرام لحمة غنم مفرومة ناعماً

½ ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

عصير 3 حبات ليمون حامض

كوب صغير أرز

¼ ملعقة صغيرة بهار مشكل (7 بهارات)

طريقة التحضير:

نضع الماء في قدر مع نصف ملعقة ملح ونتركها تغلي.

نغسل السلق ونضعه في الماء لمدة دقيقتين حتى تذبل الأوراق

نفصل ورق السلق عن الضلع القاسي بالسكين

نخلط اللحمة مع الأرز المغسول ونضع البهار والملح والفلفل الأحمر

نبدأ بلف السلق بالحشوة وذلك بوضع القليل من الحشوة داخل ورقة السلق

ونلفّها بشكل مبروم حتى ننتهي.

نضع القليل من العروق في القدر ونصف فوق الملفوف ونضيف إليه الماء المغلي والملح

وقبل أن ينضج نضيف عصير الليمون.

محشي البطاطا

المقادير:

كيلو بطاطا

250 غراماً لحمة غنم مفرومة ناعماً

كوب من البصل المفروم

كوب من عصير البندورة

ملعقتا طعام عصير الليمون

ملعقة سمّنة

¼ ملعقة بهار مشكل

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نغسل البطاطا ونقشّرها ونتقرها بالمنقارة

نحمّر البصل مع السمّنة ونتركه يبرد

نخلط اللحمة مع البهار والبصل والملح

نحشي البطاطا باللحمة والبصل

نضع البطاطا في جاط بيركس ونصب فوقها كوب ونصف من الماء المغلي مع رشة ملح وعصير الليمون. وقبل نضوجها نضيف عصير البندورة ونتركها

على نار هادئة حتى تنضج.



محشي الباذنجان بالأرز

المقادير:

3 كيلو باذنجان متوسط الحجم

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً

200 غرام لحمة بعظمها

كوبان من الأرز القصير

ملعقتان كبيرتان من السمنة

بهار- ملح

كوب عصير البندورة

1/2 كوب عصير الليمون أو عصير الحصرم

4 حصوص ثوم مدقوقة

ملعقة نعناع يابس

طريقة التحضير:

بعد غسل الباذنجان بالماء البارد ننتقره بالمنقارة

يغسل الأرز ويصفى ويخلط مع اللحمة والملح والبهار والسمنة

ثم يحشى الباذنجان وتسد فوهته بقطعة بندورة صغيرة

نضع الباذنجان في القدر بعد وضع شرائح من اللحمة بعظمها في قعر القدر

ونضع صحناً على وجه الباذنجان.

نضيف الماء وعصير الحصرم ونضع القدر على نار خفيفة وقيل النضوج نضيف عصير البندورة والثوم المدقوق والنعناع اليابس، ونتركه مدّة ساعة

وربع حتى ينضج.

نصب الباذنجان في طبق إلى جانب اللحمة ويقدم ساخناً.

يقدم مع هذا الطبق الرشاد أو الطرخون والفليفلة الحمراء أو الخضراء.

محشي الجزر

المقادير:

2 كيلو جزر

350 غ لحمة غنم مفرومة

3 ملاعق ربّ البندورة

3 ملاعق دبس الرمان

1/4 ملعقة نعناع يابس مطحون

حصّان من الثوم

3 حبّات من الليمون الحامض

1/4 ملعقة صغيرة بهار

1/4 ملعقة صغيرة قرفة

كوب أرز قصير

طريقة التحضير:

يغسل الجزر ويحضر بالمنقارة

يخلط الأرز مع اللحمة والبهار والملح والقرفة وملعقتين من الماء البارد

يحشى الجزر بخليط الأرز واللحمة

يوضع في الطنجرة مع الماء ثم نضع صحناً مقلوباً فوق الجزر

نضع رب البندورة ورب الرمان وعصير الليمون

نخفّف النار ونضع الثوم المدقوق مع النعناع اليابس ونغطّي الطنجرة وتترك على نار هادئة مدّة ساعة ونصف

نسكب السائل في وعاء آخر ونصب الجزر في وعاء ثان.



شيخ المشي ومشي الكوسا

المقادير:

3 كيلو كوسا صغير الحجم

750 غرام لحمة مفرومة ناعماً

100 غرام صنوبر

باقة بقدونس مفروم ناعماً

ملح - بهار

4 ملاعق كبيرة سمنة

كوب الأرز القصير

طريقة التحضير:

يحضّر الكوسا ويغسل وينشف

تأخذ نصف كمّية اللحمة وتقلّبها على النار مع الملح والبهار

نخلط اللحمة مع البقدونس المفروم ونقليها لمدة خمس دقائق

نحمّر الصنوبر في السمنة ونخلطه مع اللحمة والبقدونس

نحشي الكوسا باللحمة والصنوبر والبقدونس

نضع السمنة في القدر ونحمّيها على النار ثم نقلي الكوسا حتى يحمرّ

نضع الكوسا في القدر ونضع الماء المغلي وصحناً فوق الكوسا حتى ينضج

نصفي الكوسا من الماء ونضعه في جاط

نحضر لبن مع الثوم المدقوق ونصبه على الكوسا

نحضر إلى جانب هذا الطبق الأرز المقلقل

طريقة تحضير المشي:

نخلط اللحمة مع الأرز المغسول والمصفي والملح والبهار ونحشو الكوسا

ويصفّ في القدر تحت الشبخ المحشي ويطبخ معه.



محشي الملفوف

المقادير:

- رأس ملفوف
- نصف كيلو لحم غنم مفرومة ناعماً
- كوبان من الأرز القصير
- كوب عصير البندورة
- 8 حصوص ثوم مدقوق
- ملعقة طعام نعناع يابس - قرفة
- ملعقتان من السمنة العربية
- كوب عصير الليمون الحامض

طريقة التحضير:

نضع ماء في وعاء كبير على النار ونضع الملفوف داخله بعد أن نفتح من جهة الرأس بالسكين نأخذ الورق كل واحدة على حدة وهذه العملية تأخذ 5 دقائق نقطع العرق من النصف ونجعل من كل ورقة ملفوف قسمين نخلط الأرز مع اللحم والبهار والقرفة والسمنة والقليل من الماء البارد نضع في وسط ورقة الملفوف خليط الأرز مع اللحم ونلفها كالإصبع نضعه في الوعاء المعد للطبخ بعد ان نكون قد وضعنا العروق في قعر الوعاء وندق الثوم ونضعه فوقه مع النعناع اليابس والحامض والقليل من الماء المغلي ويغمر الملفوف بالماء والحامض ونضع فوقه صحناً مقلوباً طوال مدة الطبخ نتركه يغلي ثم نخفّف النار. وقبل نضوجه بقليل نضيف عصير البندورة نقلي كمية من الثوم مع النعناع في السمنة ونضيفها فوقه تأخذ مدّة الطبخ ساعة ونصف.

محشي الكوسا مع مسفة البندورة

المقادير:

كيلو كوسا قياس صغير

كيلو لحم غنم مفرومة ناعماً

كوب أرز قصير

ملح - بهار - بصلتان

300 غرام بندورة حمراء

طريقة التحضير:

يفسل الكوسا ويحضر بالمتقارة

نخلط الأرز بعد غسله مع اللحم والملح والبهار (تسمى الحشوة)

نحشي الكوسا بالحشوة التي حضّناها مع ترك مساحة 1 1/2 من الكوسا فارغة

ويترك الكوسا في طبق على جنب

نضع كمية من الماء في الطنجرة على نار حامية وبعد غليان الماء نضع البندورة داخلها ثم نخرج البندورة وننزع القشرة عنها

نقطع كل حبة بندورة نصفين ونخرج البزر منها ثم نقطعها قطعاً صغيرة

نقطع البصلة قطعاً صغيرة ونحمّرها في السمّنة قليلاً ثم نضيف اللحم والملح

نضيف البندورة المقطّعة اليها ونضعها على نار هادئة

عند غليانها نسقط الكوسا داخلها ونترك النار هادئة حتى ينضج الكوسا.

تقدّم إلى جانبها الفليفلة الخضراء.



محشي عجور بالفريكة

المقادير:

ملعقتان كبيرتان من السمنة العربية
3 كيلو عجور
نصف كيلو لحمة غنم مفرومة ناعماً
كوب ونصف الكوب فريكة
ملعقة صغيرة (بهار- قرفة)
حصان من الثوم
كيلو لبن
ملح حسب الطلب
¼ ملعقة صغيرة نعناع يابس

طريقة التحضير:

يغسل العجور بالماء البارد ثم ينقر بالمنقارة
نخلط الفريكة مع اللحمة والسمنة والبهار والقرفة وقليل من الماء
نحشي العجور ونترك فراغاً مقداره 1 سم
نضع اللبّ الذي أخذناه من العجور في قعر الطنجرة
نضع العجور في الطنجرة وندق 3 حصوص ثوم مع الملح ونضعها معه
نسخن ماء ونصبها على العجور بعد أن نكون قد وضعنا صحناً مقلوباً فوقه
ونتركه على نار هادئة حتى ينضج (مدة ساعة ونصف الساعة)
نصب العجور في طبق وندق حصان من الثوم ونخلطهما مع اللبن في جاط آخر ونرش نعناع يابس على وجه اللبن.

طريقة أكله: يغمس العجور في اللبن عند تناوله.





محشي باذنجان بالبرغل

المقادير:

3 كيلو باذنجان

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً ، نصف كيلو لحمة كستالته

كوب برغل خشن

باقة بقدونس

1/2 كوب حمص حب

عدد 2 (فليفلة خضراء + فليفلة حمراء)

ملعقة كبيرة رب البندورة

ملعقة سماق مطحون

1/4 ملعقة صغيرة نعناع، 1/4 ملعقة بهار

5 حبّات بندورة

ملح حسب الطلب + 5 حصوص ثوم

3 ملاعق كبيرة سمّنة عربية

كوب ماء حصرم أو كوب عصير الليمون الحامض

طريقة التحضير:

نتفر الباذنجان بالمنتقارة ونغسله

نضع السمّنة في مقلاة ونضع البرغل ونقلبه لمُدّة 5 دقائق

نسلق الحمص، نضرم البندورة، والبقدونس، والفليفلة الحمراء، والفليفلة الخضراء

نضع البرغل في وعاء مع البندورة والبقدونس والفليفلة الحمراء والخضراء والبهار واللحمة والسماق المطحون والحمص المسلوق ونخلط المواد جيداً

نحشي الباذنجان بشكل كامل أي لا نترك فراغاً

نضع الكستالته في الطنجرة مع قليل من السمّنة ونقلبها على الوجهين ثم نضيف الباذنجان فوقها ونضع صحناً مقلوباً على الوجه ونصب الماء

الساخن مع الثوم المدقوق والنعناع ورب البندورة ونترك الطنجرة على نار قوية حتى يغلي الماء

نخفّف النار ونتركه مدّة ساعة ونصف حتى ينضج ثم نصب السائل في وعاء آخر

يقدّم هذا الطبق ساخناً ويقدّم السائل إلى جانبه في وعاء آخر

يقدّم معه الرشاد والفليفلة الخضراء.

هذا الطبق معروف في مدينتي حلب وإدلب.

المقادير:

3 قباوات

كوب ونصف أرز

نصف كيلو لحمة مفرومة

1/2 كوب سمّنة

1/4 ملعقة طعام قرفة

1/4 ملعقة بهار

1/4 ملعقة هال مطحون

1/2 كوب حمص مسلوق

طريقة التحضير:

تنظّف القباوات من الدهن اللزج بقشطه بالسكين مع الانتباه حتى لا نمزقها

تغسل جيداً بالماء ثم نعيد القشط بالسكين مرة ثانية

نغسلها بالماء والصابون وتوضع بالمصفاة مع قشرة البرتقال وقشرة الليمون وملعقة من الورد اليابس ونتركها في البراد لساعات عدّة.

ثم تحشى كل قبوة حتى ربعها وتخاط بالإبرة والخيط

توزّع الحشوة بالضغط بكف اليد عليها

نحضر شوكة ونغزها في كل قبوة

نضع على النار قدراً فيه ماء وملح ونضع القبوات داخله ونسلقها ونزيل الزفرة عنها كلما ظهرت ونتركها على نار خفيفة مدّة ساعة مع الهال

تقدّم ساخنة.

نرفع الخيط ونقلبها في السمّنة حتى تتحمّر القبوات.

الحشوة:

يفسل الأرز ويصفى ويخلط مع اللحمة والبهار والقرفة والحمص المسلوق

يقدّم هذا الطبق مع اللبن..



محشي الكوسا بالجامض

المقادير:

كيلو من الكوسا قياس وسط

350 غراماً من لحمة الغنم مفرومة ناعماً

كوب من الأرز القصير

ملح حسب الرغبة

بهار – رشّة فلفل أسود

ملعقة طعام سمّنة

5 حصوص ثوم مدقوق مع الملح

ملعقة صغيرة نعناع يابس

كوبان من الماء

$\frac{1}{2}$ كوب عصير البندورة

$\frac{1}{2}$ كوب من عصير الحصرم أو الليمون الحامض

طريقة التحضير:

نغسل الكوسا ونزيل أطرافه

ينقر الكوسا بالمنقارة ونغسله بالماء من الداخل والخارج ثم نصفيه

نخلط اللحمة مع الأرز المغسول والبهارات جيداً

نحشي الكوسا إلى ثلاثة أرباعه

نضع كوبين من الماء فوق عصير البندورة مع السمّنة وقليل من الملح ونغلي المزيج

بعدها نصب هذا المزيج فوق الكوسا ونتركه على نار هادئة مدّة ساعة واحدة

عندما ينضج الكوسا، نضيف الثوم المدقوق والنعناع اليابس فوقه ونتركه مدّة 5 دقائق

بعدها ينضج الكوسا نضعه في جاط ونضع صلصة البندورة في جاط ثان..



البيرق



المقادير:

250 غراماً ورق عنب طازج

300 غرام لحمة غنم مفرومة ناعماً

500 غرام ضلع لحمة غنم

3 فتاجين أرز قصير

3 ملاعق كبيرة سمّنة

4 حبّات حامض أو عصير الحصرم (كوب)

$\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة بهار

$\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة قرفة

ملح حسب الذوق

طريقة التحضير:

يغسل الأرز في الماء البارد

يخلط الأرز مع اللحمة والبهار والقرفة

نغلي الماء في طنجرة ونضع فيها ورق العنب ليغلي مرّة واحدة ثم يصفّى

يلفّ الورق وفي داخله خليط اللحمة والأرز وينزع عنق الورقة وتوضع جهتها الخشنة نحو الأعلى

يوضع القليل من الحشوة في وسط الورقة على شكل سطر مستقيم سماكته 2 سم تقريباً وطوله أقل من طول الورقة، تلفّ الورقة بالطول حتى بعد

نصفها بقليل ثم تطوى الجهتين من ناحية العرض ونكمل لفّ الورقة بالطول حتى نهايتها.

يقلى الضلع في السمّنة الباقية مع الملح والبهار والقرفة لمدّة خمس دقائق

نصفّ ورق العنب فوق الضلع

نرش القليل من الملح ونغمره بالماء

نضع صحناً مقلوباًص فوق ورق العنب ويبقى طوال فترة الطبخ

نضع طنجرة ورق العنب مكشوفة على نار قوية لتغلي

نخفّف النار ونضيف عصير الحامض

نغطي الطنجرة ونتركها على نار هادئة مدّة ثلاث ساعات

ملحظة:

يمكن وضع أقراص من الأرضي شوكي فوق الضلع في الطنجرة

كذلك قطع من الكمأة وأيضاً 15 حصّ ثوم مقشّراً

يقدم هذا الطبق مع اللبن والرشاد والطرخون.



مسفة الكمأة مع محشي الكمأة

المقادير:

- كيلو كمأة حبة كبيرة
- فتجان صغير أرز قصير
- 150 غراماً لحمة مفرومة ناعماً
- نصف كيلو لحمة موزات غنم
- ملعقتان سمنة بلدية
- $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة بهار مشكل (7 بهارات)
- $\frac{1}{2}$ كوب صنوبر

طريقة تحضير المحشي:

نفسل الأرز
نأخذ خمس حبات قياس كبير من الكمأة ونحفرها بالمنقارة بانتباه حتى لا نمزقها
ثم نخلط الأرز مع الصنوبر واللحمة والبهار
نحشي الكمأة ونتركها جانباً

طريقة تحضير المسفة:

- 1- نضع الكمأة المتبقية لدينا ونسلقها في الماء والملح مدة ربع ساعة
 - 2- نقطعها قطعاً صغيرة ونتركها جانباً
 - 3- نقلي لحمة الموزات في القدر مع السمنة ونسلقها في الماء حتى تتضج
 - 4- نقلي الكمأة المفرومة في السمنة
- نضع اللحمة الموزات في قدر ثانٍ من دون ماء
نضع الكمأة المقلية في السمنة ونصبّ ماء اللحمة فوقها ونتركها خمس دقائق لتغلي
نضع محشي الكمأة في الماء ليغمره ونتركه على نار هادئة حتى ينضج
نصب المحشي في جاط والكمأة في جاط آخر
يقدم مع هذا الطبق الأرز المطبوخ ويرشّ على الوجه صنوبر مقلي في السمنة.





محشي اللفت

المقادير:

كيلو ونصف لفت

7 حصوص ثوم

300 غرام لحمة مفرومة ناعماً

$\frac{3}{4}$ كوب سمنة

كوب زيت نباتي

$\frac{1}{2}$ كوب تمر هندي جاف

ملح

$\frac{3}{4}$ كوب أرز

رشة بهار مشكل

رشة قرفة

طريقة التحضير:

نضع التمر الهندي مع الماء ونغليه مدّة 10 دقائق على النار

نخلط اللحمة مع البهار والقرفة والملح والأرز المغسول

نحضر اللفت بالمنقارة ثم نحشيه باللحمة والأرز

نحمر السمنة ونقلي اللفت

نصب ماء غلي التمر الهندي فوق اللفت ونرفع القدر على النار

نضع الثوم المدقوق مع الملح فوق اللفت ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج.

المقادير:

كيلو من أمعاء الخروف

نصف كيلو أرز قصير

نصف كيلو لحمة غنم مفرومة ناعماً

200 غرام حمص حب

$\frac{1}{2}$ ملعقة كبيرة بهار

$\frac{1}{2}$ ملعقة كبيرة قرفة

خمس ملاعق طعام سمنة عربية

ملعقة كبيرة هال مطحون

3 بصلات مقشرة

طريقة التحضير:

نغسل الأمعاء جيداً من الداخل والخارج ونفركها بالدقيق والملح، ثم نغسلها مرة ثانية ونفركها بالملح ونغسلها

ثم ننقعها في ماء الورد وعصير الليمون والهال ونتركها في البراد مدّة خمس ساعات على الأقل

نسلق الحمص نصف سلقة

نخلط اللحمة مع الأرز المغسول بالماء البارد ونضيف الملح والبهار والقرفة والهال والحمص المسلوق

نحشي الفوارغ بإدخال طرف الفارغ في الفارغ نفسه ونحشي الطرف ثم يدفع الطرف المحشي إلى داخل الفارغ حتى تنتهي الحشوة.

نمدها على الطاولة ونضغط على الحشوة من الخارج بيدنا ثم نضغط على الفارغ ونربط كل 4 أصابع ربطة بالخيط

نحضر شوكة ونشك كل قطعة

ثم نضعها في القدر ونصب عليها الماء المغلي مع ملعقة ملح وملعقة عصير ليمون ونتركها على نار خفيفة مدّة ساعة.

بعد أن تتضج نحمرها في السمنة البلدية ونقدّمها ساخنة.

يقدمّ هذا الطبق مع اللبن.

الفوارغ المحشية



شيع المحشي باليفطين (الفرع الشنوي)

المقادير:

2 كيلو من القرع

نصف كيلو لحمة مفرومة

200 غرام صنوبر

4 ملاعق طعام سمنة

½ كلعقة صغيرة بهار

رشة قرفة - ملح

طريقة التحضير:

يقشّر القرع وينظّف من البذور ويقطّع قطعاً مربعة الشكل (7 سنتم طول 7 سنتم عرض)

يغسل القرع ويصفى

نحמי السمنة على النار ونقلي القرع وجبة بعد وجبة حتى يحمرّ لونه ونتركه جانباً

نقلي اللحمة مع البهار والقرفة

نقلي الصنوبر ونخلطه مع اللحمة

نصف القرع المقلي في القدر ونصف اللحمة

نضع كوباً ونصف الكوب من الماء المغلي ورشة بهار على الوجه ونغطّي القدر

نتركه على نار خفيفة حتى تتشّف الماء وينضج القرع

عند صبّ القرع نضع صحناً مقلوباً على وجه القدر.

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل واللبن والسلطة.



شيع المحشي بالبادنجان

المقادير:

كيلو بادنجان قياس صغير

300 غرام لحمة مفرومة ناعماً

بصلة واحدة

3/1 كوب زيت نباتي أو سمنة (لقلي اللحمة والصنوبر والبصل)

1/4 كوب من الصنوبر

كوبان من الزيت النباتي لقلي البادنجان

1/4 كوب من رب البندورة (ما يعادل عصير كيلو ونصف بندورة)

كوبان من الماء لتذويب رب البندورة

ملعقة طعام من عصير الليمون الحامض

رشة بهار (سبع بهارات)، ملعقة طعام ملح

رشة فلفل أسود

طريقة التحضير:

نقلي الصنوبر حتى يحمر ونصفّيه.

نقلي بالزيت نفسه البصل واللحمة المفرومة ونضيف إليها البهارات ونحرّك المزيج على نار متوسطة لمدة ربع ساعة.

نقشر البادنجان نقشيراً غير كامل، أي يترك بعض القشرة عليه ونقليه حتى يحمرّ لونه قليلاً.

نضع البادنجان في صينية معدّة للفرن.

نشقّ البادنجان طولياً ونضع الحشوة، ندوّب الصلصة في الماء وعصير الحامض ونضعه فوق البادنجان

نضع صينية البادنجان في الفرن الساخن لمدة 15 دقيقة.

ويقدم ساخناً مع الأرز المفلفل.



المحاشي

مدينة حلب استمدّت من الأتراك أيام الحكم العثماني المحشي وغدت من أشهر البلاد العربية بطبخه وحشوه وتنوّعه. والمحاشي أطلقوها على الباذنجان، والكوسا، والقرع، والجزر، والبندورة، والعجور، والفليفلة، والبطاطا، والكمأة، والأرضي شوكي. تنقر بالمنقارة ليخرج اللب ويحلّ محله الأرز أو البرغل أو الفريكة وإلى جانبه التوابل. ويوجد 25 نوعاً من المحاشي

وكذلك من المحشي اليبرق والسلق والملفوف والبصل وتحشى القبوات والكرش والديك الهندي والدجاج والخروف



الفخضر باللحمة

- 1- فاصولياء حب
- 2- فاصولياء خضراء باللحمة
- 3- ملوخيه
- 4- ملوخية على الطريقة الحلبية
- 5- مقلوبة الباذنجان
- 6- فطر مع اللحمة والأرز
- 7- سبانخية باللحمة
- 8- أرمان البطاطا
- 9- صينية بطاطا محشية
- 10- مسقعة الباذنجان مع المحشي
- 11- مسقعة القرنبيط
- 12- حلوب
- 13- تفاحية
- 14- أرضي شوكي مسقعة
- 15- البامية باللحمة
- 16- العكوب باللحمة
- 17- بازلاء باللحمة
- 18- سيع دول
- 19- يهودي مسافر
- 20- المقلوبة الفلسطينية





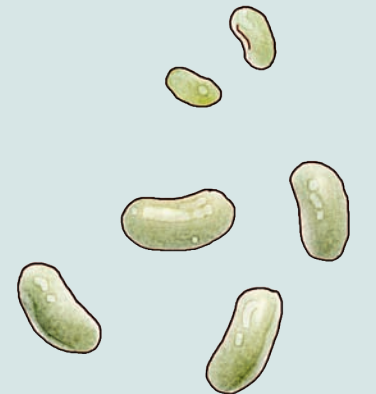
فاصولياء حب باللحمة

المقادير:

كوبان من الفاصولياء الحب
بصلتان مفرومتان ناعماً
500 غرام لحمة مقطّعة شقف
¼ كوب زيت نباتي
ملعقتان من رب البندورة
بهار مشكل
رشة قرفة مطحونة
ملح
ملعقة صغيرة من رب الفليفلة الحمراء

طريقة التحضير:

نتقع الفاصولياء مدّة (12 ساعة) ثم نغسلها ونصفيها
نقلي البصل في الزيت حتى يصفرّ ونضيف جميع البهارات ورب البندورة واللحمة والفليفلة، ثم نسكب الفاصولياء ونقلبها
نسكب ماء ساخناً ونترك الحرارة خفيفة حتى تنضج اللحمة والفاصولياء.
يقدم مع هذا الطبق البرغل المفلفل.





فاصولياء خضراء باللحمة

المقادير:

كيلو فاصولياء خضراء

نصف كيلو لحمة موزات

نصف كيلو بندورة

4 حصوص ثوم مدقوقة

ملعقة صغيرة كزبرة يابسة

ملعقتان سمنة

1/2 ملعقة صغيرة بهار

ملعقة كبيرة رب بندورة

ملح

طريقة التحضير:

تغسل الفاصولياء وتنشف

تنظف من الخيوط وتقسم كل حبة بالطول إلى قسمين طول الواحدة 2 سنتم

نقلي اللحم في السمنة ونضيف الماء وعصير البندورة ونتركها حتى تتضج نصفياً

نضع الفاصولياء ونحرّكها ونضيف الثوم ورب البندورة والكزبرة والبهار والملح

ونترك الماء فوقها (علو 1 سنتم)

نضع الحرارة على درجة وسط حتى تتضج الفاصولياء واللحمة..

يقدم هذا الطبق مع الأرز المفلفل والسلطة.





ملوخيه

المقادير:

نصف كيلو من أوراق الملوخيه

دجاجة كاملة

12 حصّاً من الثوم

نصف كوب زيت نباتي

ملعقة سمّنة

¼ فتجان عصير الليمون

ملعقة كبيرة كزبرة يابسة

ورقتان من الغار

ربطة من الكزبرة الخضراء

عود قرفة

½ ملعقة صغيرة بهار

طريقة التحضير:

نغسل أوراق الملوخية ونشطفها

نضع الدجاجة بعد غسلها جيداً في قدر مع الماء والغار والقرفة والملح ونسلقها

بعد نضوجها نرفعها من الماء وننظّفها من العظم والجلد

نقلي الدجاج المنظّف في مقلاة مع السمّنة

نضع 4 حصوص ثوم ونقلب الملوخية والثوم في السمّنة والكزبرة الخضراء

نطحن الثوم الباقي ونضيفه إلى الملوخية ونقلبه في السمّنة

نضع الملوخية مع الدجاج ونضيف كوبي ماء من مرقّة الدجاج المسلوق

نغطّي القدر ونحرّك من وقت لآخر

نقلي الصنوبر في السمّنة

نزيد الماء إذا لزم الأمر حتى تتضج الملوخية ونضيف الكزبرة اليابسة والليمون ونزيّن الطبق بالصنوبر.

يقدّم مع هذا الطبق الأرز المفلفل.

ملحظة: نطبخ الأرز في ماء الدجاج المسلوق

وإذا كانت الملوخية ناشفة ننقعها في الماء ثم نصفيها ونضعها في الزيت ونقلّيها.

المقادير:

كوب من الملوخية الناشفة المطحونة

كوب من السمّنة البلدية

ملعقة طعام كزبرة يابسة

100 غ صنوبر

¼ ملعقة طعام بهار

نصف كيلو لحمة موزات

طريقة التحضير:

نقلي اللحمة في السمّنة ونغليها في الماء حتى تتضج

نضع السمّنة في طواية ونصب فوقها الملوخية مع 4 حبات صنوبر

نقلّيها في السمّنة وعندما يحمر لون الصنوبر تكون الملوخية تحمّست، نضيف الثوم المدقوق والكزبرة ونقلّيها معها مدّة دقيقتين

ثم نصب الملوخية فوق اللحمة الموزات ونحرّكها جيداً..

نتركها لمدة 15 دقيقة ونضع الصنوبر المقلي فوقها.

يقدّم مع هذا الطبق الأرز وكذلك الكبة بالصينية.

نضع فوقها الماء والملح والبهار ونتركها حتى تتضج مع وضع بصلّة في الماء



مقلوبة الباذنجان

المقادير:

كيلو لحمة موزات

كيلو باذنجان

كوبان من الأرز

ملح - فلفل - بصلة

صنوبر

4 ملاعق كبيرة سمّنة

300 غرام لحمة ناعمة

طريقة التحضير:

نحمر السمّنة ونقلي فيها الصنوبر ونرفعه جانباً

نحمّر الموزات إلى أن يصبح لونها ذهبياً

نضع فوقها الماء والملح والبهار ونتركها حتى تتضج مع وضع بصلة في الماء

نقلي اللحمة الناعمة مع الملح والبهار

ثم نقشّر الباذنجان ونقطعه قطعاً مستطيلة ونقليه في السمّنة

ثم نضع الباذنجان مع قليل من ماء سلق اللحمة ونتركه على النار مدّة 10 دقائق

نغسل الأرز وننقعه مدّة نصف ساعة

نطبخ الأرز في القدر المعدّ للطبخ مع ماء سلق اللحمة

نضع اللحمة المسلوقة في الأسفل وفوقها الباذنجان المقلي وفوقه الأرز المطبوخ

نصب قليلاً من ماء السلق ونتركها مدّة 10 دقائق على نار خفيفة، ثم نحضر صينية ونضعها على فوهة القدر ونقلب المقلوبة ونضع اللحمة الناعمة

المقلية مع الصنوبر على الوجه.

يقدم هذا الطبق ساخناً مع اللبن.

المقادير:

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً

كيلو فطر

كوبان أرز

ملح - سبع بهارات - 100 غ صنوبر - 100 غ لوز

ملعقتان سمّنة بلدية (حموية)

طريقة التحضير:

نضع السمّنة في القدر على النار ونقلب اللحمة حتى تتضج مع وضع الملح والبهار

نقطع الفطر بعد غسله جيداً ونقلبه في السمّنة

نتفع الأرز مدّة نصف ساعة في الماء الساخن مع رشّة ملح

نغسل الأرز بالماء البارد ونصفيه

نضع في قدر 4 أكواب ماء مع رشّة ملح ونتركها تغلي

نسقط الأرز المصفى فوقها ونسقط فوقه الفطر ونتركه مدة خمس دقائق على نار قوية

نخفّف النار بعدها حتى ينضج الأرز وتشف ماؤه

في هذه الأثناء نكون قد حمّرنا الصنوبر وبعده اللوز

نحضر جاطاً عميقاً ونصب فيه اللحمة مع الصنوبر مع اللوز ونصب الأرز مع الفطر فوقه

ثم نحضر جاطاً مسطحاً ونضعه على وجه الجاط العميق ونقلب الجاط (تماماً كما نقلب الكاتو)

فيصبح لدينا طبقاً مزيّناً باللحمة والقلويات.

يقدم ساخناً مع اللبن بالخيار أو السلطة أو المخلل.





سبانخية باللحمة

المقادير:

2 كيلو سبانخ

نصف كيلو لحمة هبرة مدقوقة

ملح - بهار

4 حصوص ثوم مدقوقة

كوب أرز

ملعقتا طعام سمّنة

1/2 ملعقة صغيرة كزبرة يابسة

طريقة النخضير:

يغسل السبانخ بالماء البارد جيداً

يقطع السبانخ قطعاً صغيرة بالسكين ويغسل

نضع الماء في وعاء ونتركه لدرجة الغليان ثم نسقط السبانخ لمدة 7 دقائق

نصب السبانخ في مصفاة ونعصره ونجعله كرات

نخلط اللحمة مع الصنوبر والبهار ونعجنها مع الملح

نأخذ اللحمة ونقطعها باليد قطعاً صغيرة ونأخذ قطعة بعد بلّ اليد بالماء البارد

وندورها بين الكفّين لكي تصبح كرة، وهكذا إلى أن تنتهي اللحمة

نحمّر السمّنة في القدر ونضع اللحمة فيها ونقلبها بانتباه حتى تبقى اللحمة على شكل كرات

ثم نسقط السبانخ ونحرّكها مع اللحمة وندقّ الثوم والكزبرة ونحرّكها جيداً

نترك القدر من دون غطاء على نار هادئة ونحرّك بين الحين والآخر

حتى لا تلتصق السبانخ بقعر القدر إلى أن تنضج وتنشف الماء.

يقدم هذا الطبق مع الأرز المفلّفل واللبن.

المقادير:

كيلو بطاطا

300 غ لحمة مفرومة ناعماً

بصلة مفرومة ناعماً

3 ملاعق رب بندورة

رشة بهار أسود - ملح

كوب زيت نباتي

ملعقة سمّنة

طريقة النخضير:

نغسل البطاطا ونقشرها ونقطّعها دوائر

نحمي الزيت النباتي على النار ونقلّي البطاطا جزئياً

نقلي اللحمة في السمّنة ونضع معها البصلة المفرومة والبهار والملح

نضع البطاطا في صينية ونصب فوقها اللحمة مع البصلة ونذوب رب البندورة في كوب ماء ونصبه فوق البطاطا

نتركها على النار مدّة 10 دقائق.

تقدّم مع هذا الطبق سلطة الخيار مع البندورة أو مخلّل اللفت.





صينية بطاطا مع حشوة

المقادير:

كيلو بطاطا

لحمة مفرومة ناعماً

4 ملاعق سمنة

بهار- ملح

100 غرام صنوبر

بصلتان مفرومتان ناعماً

كعك مدقوق

طريقة التحضير:

نغسل البطاطا ونضعها في القدر مع الماء ورشة ملح ونسلقها

نضع ملعقتين من السمنة على النار ونفرم البصل ناعماً ونقليه مع الملح والبهار حتى يصفرّ لونه

نضيف الصنوبر واللحمة المفرومة ونقلبها حتى تتضج اللحمـة

نقشّر البطاطا ونطحنها بالطاحونة مع إضافة فتجان ماء

ندعك البطاطا مع الملح ونقسمها إلى قسمين

ندهن الصينية المعدّة للفرن بالسمنة ونمدّ النصف الأول من البطاطا باليد ونجعله مستوياً

نضع الحشوة على وجه البطاطا ونأخذ القسم الثاني ونمدّه على وجه الصينية ونرش الكعك المدقوق على الوجه ونقطّعها بشكل البقلاوة

ندخلها الفرن درجة 250 م حتى تتضج

تقدّم ساخنة مع السلطة.

المقادير:

3 كيلو باذنجان قياس وسط

كيلو لحمة مفرومة ناعماً

كوب أرز قصير

ملح - بهار

3 ملاعق كبيرة سمنة

100 غ صنوبر

طريقة التحضير:

يغسل الباذنجان وينشف

نأخذ نصف كمية الباذنجان ونحفره

نأخذ نصف كمية اللحمة ونضع عليها الملح والبهار

نخلط الأرز المغسول والمصفي باللحمة ونحشي الباذنجان

ونضعه في القدر ونتركه جانباً.

نأخذ الكميّة الباقية من الباذنجان ونقطّعها بالسكين دوائر

ثم نحمّي السمنة في المقلاة ونقلب الباذنجان المقطّع في السمنة حتى يحمرّ قليلاً

وهكذا حتى ننهي الباذنجان

نضع الباذنجان المقلي في السمنة فوق المحشي

نضع اللحمة والبهار والملح فوق السمنة الباقية ونقلبها حتى تتضج

نصب اللحمة على وجه الباذنجان المقلي ونقلب الصنوبر في السمنة ونتركه جانباً

نصب كوبي ماء مغلي على الباذنجان وحين يغلي، نخفّف الحرارة مدة ساعة حتى ينضج المحشي وتنشف الماء

نصب الباذنجان مع اللحمة في الجاط ونضيف المحشي على أطراف الجاط ونزيّن الجاط بالصنوبر المحمر.

يقدّم مع هذا الطبق الأرز المفلفل واللبن والفجل.

مسفة الباذنجان مع المحشي



مسفةة القرنبيط باللحمة

المقادير:

- 2 كيلو قرنبيط
- 750 غ لحمة غنم مفرومة خشناً
- 3 ملاعق سمنة
- رشة كمون مطحون
- 3 أكواب ماء

طريقة النضير:

نقطع القرنبيط ونغسله

نسلقه في الماء المغلي مع الملح مدّة خمس دقائق ونصفيه بالمصفاة

نحمّي السمنة في القدر ونقلّي القرنبيط على دفعات حتى يحمر ويصبح لونه ذهبياً ونتركه جانباً

نحمّي قليلاً من السمنة ونقلّي الصنوبر فيها ثم نضع معه اللحمة والملح والبهار ونقلّبها حتى تتضج

نضع القرنبيط المقلي في قدر آخر ونضع اللحمة والصنوبر فوقها ونرش رشة كمون ونضيف إلى القدر 3 أكواب ماء ونتركه على نار هادئة حتى ينضج.

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل والخيار باللبن.



حالب

وجبة لذيذة تطبخ أيام فصل الربيع.

المقادير:

- كيلو لحمة بعظمها من خروف وردي (أي صغير)
- نصف كيلو بصل أخضر
- نصف كيلو ثوم أخضر
- 3 ملاعق خل - 3 ملاعق سمنة حموية
- ملعقتان كبيرتان رب بندورة
- ملح - بهار

طريقة النضير:

تغسل اللحمة وتوضع في قدر على النار وتقلّى في السمنة

نغسل البصل ونفرمه ناعماً

نغسل الثوم ونفرمه ناعماً

نضيف الثوم والبصل إلى اللحمة ونقلّبها على النار مع إضافة الملح والبهار

يضاف الماء إلى القدر فوق اللحمة والبصل والثوم ويترك حتى يغلي

نخفّف النار ونضع رب البندورة ونتركها على نار هادئة حتى تتضج اللحمة

ثم نضيف الخل ونتركه مدّة خمس دقائق

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل والرشاد والسلطة والفليفلة الخضراء.



نفاحيّة (مسفة النفاخ)

ملاحظة: يستعمل في هذا الطبق التفاح البلدي الصغير.

المقادير:

كيلو تفاح

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً

3 ملاعق سمنة عربية

ملح - بهار - بصلة كبيرة

طريقة التحضير:

يغسل التفاح جيداً وتقسم كل تفاحة إلى قسمين ثم ننظف التفاح من البزر

نقطع البصل قطعاً صغيرة

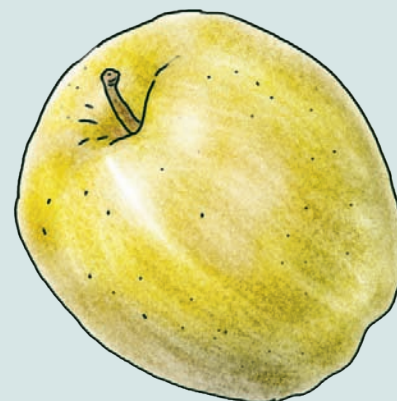
نضع السمنة في الوعاء على النار ونقلب فيها البصل حتى يصفر ونضع اللحمة فوقه ونقلبها

ثم نقلب التفاح في السمنة مدة 10 دقائق

نضيف التفاح إلى اللحمة والبصلة مع الملح والبهار ونضيف كوبين من الماء ونتركها على نار هادئة حتى ينضج التفاح وتشف الماء..

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل والسلطة والخيار باللبن.

ملاحظة: يستعمل تفاح الزبداني من الحجم الصغير.



مسفة الشوكي

المقادير:

10 حبات من الشوكي

كيلو لحمة بعظمها (لحمة غنم)

3 ملاعق كبيرة من السمنة العربية

ملح

رشة بهار منوع (سبع بهارات)

100 غ صنوبر

طريقة التحضير:

سبق وشرحنا طريقة تنظيف الشوكي

نضع السمنة في القدر على النار ونقلب اللحمة فيها مدة 10 دقائق مع الملح والبهار

ثم نضع ماء فوق اللحمة ونتركها على النار حتى تنضج جزئياً

في هذه الأثناء نكون قد حضّرنا الشوكي وغسلناه ونقعناه في الماء مع الليمون

نقطع كل قرص شوكي إلى أربع قطع

نحضر مقلاة ونضع فيها سمنة ونقلب الشوكي مدة 10 دقائق

نضع الشوكي فوق اللحمة ونتركها على نار خفيفة حتى تنضج

نقلي الصنوبر ونرشه على المسفة

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل واللبن.





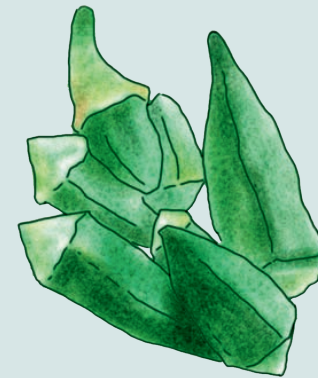
البامية باللحمة

المقادير:

- نصف كيلو بامية خضراء
- 300 غ لحمة موزات (لحمة غنم)
- 1/2 كيلو بندورة
- بصلة
- حص ثوم
- كوب ماء
- 1/2 كوب ماء الحصرم أو عصير الليمون
- ملعقة رب البندورة
- 1/2 ملعقة كزبرة يابسة مطحونة

طريقة التحضير:

- نقطع أعناق البامية ثم نغسلها وننشفها ويستحسن وضعها في الشمس مدة نصف ساعة
- نقطع اللحم قطعاً صغيرة
- نفرم البصلة ناعماً، ندق الثوم مع الملح والكزبرة
- نقشر البندورة وننزع البزر منها ونفرمها ناعماً
- نحמי السمنة في القدر على النار ونقلي البصلة مع اللحمة ونضيف الماء المغلي
- يغطى القدر ويترك على نار هادئة حتى تنضج اللحمة جزئياً
- نحمي ملعقتي سمنة في قدر آخر ونقلب البامية فيها مدة 10 دقائق
- تضاف البامية إلى اللحمة وكذلك البندورة والثوم والكزبرة، ثم يضاف عصير الحصرم ورب الرمان ورب البندورة والملح والبهار والماء المغلي.
- يغطى القدر ويوضع على نار متوسطة حتى تنضج البامية.
- تقدم البامية مع الأرز
- يفضل عدم تحريكها كثيراً أثناء الطبخ.





العكوب باللحمة

المقادير:

كيلو لحمة بعظمها

2 كيلو عكوب

ملح - بهار مشكل - 3 ملاعق طعام سمنة

طريقة التحضير:

ينظّف العكوب جيداً من الشوك ويغسل بالماء البارد

ثم نضع السمنة في القدر على النار ونقلي العكوب مع السمنة ونتركه جانباً

نقلب اللحمة في السمنة أيضاً ونضيف إليها الماء المغلي ونتركها حتى تتضج

ثم نضع العكوب مع اللحمة ونتركه يغلي مدّة 10 دقائق ونضع البهار والملح، ثم نتركه على نار خفيفة حتى ينضج العكوب..

يقدّم مع هذا الطبق الأرز المفضل وكذلك العيران (لبن مذوب في الماء مع رشّة ملح).

بازلاء باللحمة

المقادير:

نصف كيلو بازلاء خضراء

بصلة كبيرة، نصف كوب جزر أصفر مقطع قطعاً دائرية

300 غ لحمة غنم رأس عصفور

كوب ماء

3 ملاعق من السمنة

ملح - فلفل - بهارات

كوب من عصير البندورة

طريقة التحضير:

نغسل البازلاء ونأخذ الحبوب من داخلها ونطبخها

نقلي اللحمة في السمنة ونضيف البصل المفروم ونواصل التحريك

نضيف الملح والفلفل والبهارات والجزر المقطع

وعندما تختلط المحتويات جيداً وتتضج نسبياً، نضيف ماء البندورة والبازلاء ونحرّك جيداً ثم نضع غطاء الطنجرة ونتركها على نار هادئة لفترة

50 دقيقة.

تقدّم هذه الوجبة مع الأرز.



المقادير:

2 كيلو بندورة

1/2 كيلو كوسا

1/2 كيلو باذنجان

1/2 كيلو فاصولياء خضراء

1/2 كيلو جزر

1/2 كيلو بازلاء

1/2 كيلو بطاطا

ملعقة بهار مشكل

كيلو لحمة مفرومة ناعماً

ملعقتان كبيرتان من السمنة العربية

حصان من الثوم مدقوقان

طريقة التحضير:

تغسل الخضرة جميعها وتنشف.

تقطّع الفاصولياء بعد تنظيفها وتأخذ منها الحبّ.

تقشّر البطاطا وتقطّع بشكل دوائر، كذلك الجزر والباذنجان والكوسا والبندورة.

نحضر صينية كبيرة خاصة للفرن ونضع فيها جميع الخضار التي نخلطها جميعها.

نخلط البهار والملح مع اللحمة ونقطعها إلى كرات صغيرة.

نضيف اللحمة إلى الصينية ونضع السمنة.

نضع الصينية في الفرن على درجة حرارة 250 م ونتركها حتى تتضج.

تقدّم ساخنة مع الفليفلة الخضراء والسلطة.

سبع دول (كول)



يهودي مسافر

المقادير:

كيلو باذنجان قياس وسط

300 غ لحمة مفرومة ناعماً

4 ملاعق من السمنة الحموية

¼ ملعقة بهار مشكّل (سبع بهارات)

كوب من البرغل الخشن

100 غ صنوبر

طريقة التحضير:

يغسل الباذنجان وينشف ويقطع دوائر

نقلي الصنوبر ونتركه جانباً

نقلي اللحمة مع الملح والبهار ونتركها جانباً

نقلي قطع الباذنجان في السمنة حتى تحمرّ قليلاً

يوضع الباذنجان مع اللحمة والصنوبر وكوبين من الماء وتطبخ في القدر نصفياً

نحفر وسط القدر بالمعلقة ونضع البرغل والباذنجان فوقه ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج البرغل

مع الباذنجان.

يقدم مع هذا الطبق الخيار باللبن والفليفلة الخضراء.

المقادير:

2 كيلو باذنجان

نصف كيلو لحمة موزات

ربع كيلو لحمة مفرومة ناعماً

5 أكواب من الماء

ورقتان من الغار

3 عيدان من القرفة

5 حبات هال

ملعقة طعام ملح

½ كوب من الصنوبر

كوبان من الأرز

¼ كوب من السمنة (لقلي الصنوبر)

نصف ملعقة بهار

¼ ملعقة قرفة

نصف ملعقة زعفران

كوبان من زيت النباتي لقلي الباذنجان

طريقة التحضير:

نقشر الباذنجان ونقطعه شرائح

نقلي الباذنجان في الزيت ثم نضعها على الورق الذي يمتصّ الزيت.

نضع اللحمة مع الماء على النار. نزيل الزفرة عن سطح القدر كلما ظهرت.

نضيف الملح والتوابل وورق الغار وحب الهال. ونتركه على النار حتى تنضج اللحمة.

ينقى الأرز ويغسل ثلاث مرات ثم يصفى من الماء.

نصفي ماء اللحمة ونضعها جانباً

نضع اللحمة في القدر ونصفّ الباذنجان في القعر وعلى الجوانب.

نضيف الأرز فوق الباذنجان ونضع مرقّة اللحمة تدريجاً.

نضع القدر على نار خفيفة مدّة نصف ساعة.

نقلي اللحمة في السمنة المتبقية من قلي الصنوبر حتى تحمرّ قليلاً

نقلب القدر على صينية أكبر من حجم القدر

ننثر اللحمة المقلية والصنوبر على الوجه ويقدم ساخناً مع اللبن أو السلطة.

المقلوبة الفلسطينية

الخضر بالزيت



- 1- فول بالزيت
- 2- سلق مقلي
- 3- يالانجي الكوسا والباذنجان
- 4- يالانجي بالسلق
- 5- يالانجي ورق العنب
- 6- فاصولياء خضراء بالزيت
- 7- الباذنجان المقلي
- 8- قرنبيط بالزيت
- 9- البامية بالزيت
- 10- مفركة الفطر
- 11- سبانخ بالزيت
- 12- هندبة بالزيت
- 13- خبيزة بالزيت
- 14- براصيا بالزيت
- 15- إيج (كبة نية بالزيت)
- 16- مغمومة
- 17- بطاطا مع كزبرة خضراء
- 18- حمص مع السلق بالزيت
- 19- باميه بالزيت مع رب الرمان
- 20- جريش الكوسا
- 21- البرغل مع قراعب البصل (الزنبوط)
- 22- السليق
- 23- البقلة
- 24- القلقاز (لوف)





الفاول الأأضربالزيت

المقادير:

كيلو فول أخضر

بافة كزبرة خضراء

أصان من الثوم

4 ملاعق طعام زيت زيتون

طريقة التحضير:

يفسل الفول ويقمّع ويقطع قطعاً صغيرة

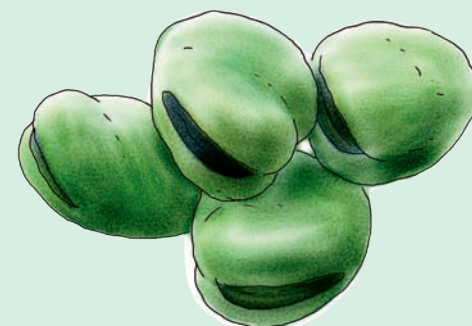
يأمر الثوم مع الزيت ويقلب على نار أفيفة

يوضع الفول ويقلب معه قليلاً

نضع 1/2 كوب ماء ونترك الفول على النار

بعد أن ينضج الفول نضع الكزبرة الخضراء ونقلبها معه ونتركه مدّة خمس دقائق فقط

يقدّم هذا الصحن بارداً مع المخلل والفتوش.



سلق مفلي

المقادير:

4 باقات سلق

بافة بقدونس

بصلتان

6 أصوص ثوم مقشّر

5 ملاعق طعام زيت زيتون

ملح

طريقة التحضير:

يفسل السلق جيداً بالماء البارد

يقطع قطعاً صغيرة

يوضع الزيت في القدر ويوضع فوقه البصل المفروم ناعماً ويقلب حتى يصفرّ لونه

نضع السلق والملح فوق الزيت ونقلبه ونتركه على نار أفيفة حتى تشف الماء وينضج السلق

نضيف البقدونس المفروم ونحرّكه معه ونتركه 3 دقائق على النار.

يقدّم هذا الطبق بارداً ويقدّم معه الرشاد والبصل الأخضر ومخلل اللفت..



يالانجي بالكوسا والبادنجان والبصل

(يالانجي اسم تركي يطلق على المحشي بالزيت)

المقادير:

كيلو بادنجان قياس صغير

كيلو كوسا قياس صغير

نصف كيلو بطاطا قياس وسط

نصف كيلو بصل يابس قياس وسط

كوبان من الأرز القصير

3 أكواب بصل مفروم ناعماً

1/2 ملعقة كبيرة نعناع يابس مطحون

1/2 ملعقة بهار

ملعقة كبيرة بن (مطحون)

ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

1/2 كوب رب الرمان

عصير ليمونتين حامض

كوب زيت زيتون

ملعقة كبيرة رب البندورة

كوب من الجوز المقطّع قطعاً صغيرة

طريقة تحضير الحشوة

نضع الزيت في القدر ونضيف إليه البصل ثم نقليه مع النعناع والفلفل الأحمر والبهار وعصير الليمون والبقدونس المفروم

نضيف الأرز المغسول ونقلبه على نار خفيفة، ثم نضيف الجوز ورب البندورة والقهوة ورب الرمان، ونضيف كوبي ماء ونتركه على النار حتى ينضج

الأرز جزئياً

نتركه ليبرد

نغسل الباذنجان والكوسا والبصل والبطاطا ونحضّرها ثم نحشيها

نضع قرص بندورة مقطّع في قعر القدر ونضع الباذنجان ثم الكوسا والبطاطا ثم على الوجه البصل المحشي

نصب فوقه ماء ساخناً مع عصير الليمون والملح ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج.

يقدم هذا الطبق بارداً.

المقادير:

2 كيلو سلق

والمواد نفسها التي استعملت في يالانجي الباذنجان

كوب أرز

كوب بصل مفروم

ملعقة كبيرة رب بندورة

باقة بقدونس

ملعقة كبيرة عصير الليمون

رشة نعناع يابس

1/2 ملعقة طعام (بن) مطحون

1/2 ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

3 ملاعق كبيرة رب الرمان

كوب زيت زيتون

1/2 كوب صنوبر

تحضير الحشوة:

(كما ذكرنا في تحضير حشوة الباذنجان)

تحضير السلق:

نضع قدراً فيه ماء وملح على النار ونتركه يغلي.

نمسك السلق من الغصن وننزله في القدر حتى يذبل ثم نرفعه وهكذا....

نقصّ السلق بالطول وننزع منه الضلع

نأخذ النصف الأول ونضع مقدار ملعقة صغيرة من الحشوة ونلفّه بشكل مثلث متساوي الأضلاع، وهكذا حتى ننتهي

نضع أقراص بطاطا في قعر قدر نظيف ونصفّ اليالانجي بشكل منتظم

نصبّ فوقه كوباً من الماء والقليل من حامض الليمون ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج.

يقدم بارداً.

يالانجي السلق



يالانجي ورق العنب

المقادير:

كوب ونصف بصل مفروم ناعماً
كوب من الأرز
1/2 باقة بقدونس
2 ملعقة من رب البندورة
3/4 كوب زيت زيتون
1/4 ملعقة صغيرة بهار
4 ملاعق عصير الليمون
1/2 كوب جوز مفروم ناعماً
ورق عنب (عريش)
رشة فلفل أحمر

طريقة التحضير:

إذا كان ورق العنب طازجاً نسلقه في الماء مع القليل من الملح لمدة 15 دقيقة
أما إذا كان محفوظاً في المرطبان فتغسله جيداً بالماء البارد عدّة مرات
نحمّي الزيت في القدر على النار ونضع البصل المفروم ونقلبه حتى يصفرّ لونه
نضع الأرز بعد غسله ونضيف الملح والبهار ورب البندورة والفلفل وعصير الليمون والجوز ونقلّبه على نار خفيفة مدّة خمس دقائق. وبعد أن يبرد
المزيج نضع البقدونس ونقلبه
توضع الحشوة على الوجه الخلفي لورقة العنب وتلفّ لفة واحدة ثم نطوي الطرفين ونستمرّ باللف
نضع في قعر القدر قطعاً من البندورة
نصفّ الورق في القدر ونصب 3 أكواب من الماء المغلي ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج.
بعد صفّه في طبق التقديم، نضيف القليل من زيت الزيتون على وجه الطبق.





فاصولياء خضراء بالزيت

المقادير:

كيلو فاصولياء

كيلو بندورة

4 حصوص ثوم

بصلة

3 ملاعق طعام زيت زيتون

ملعقة صغيرة كزبرة يابسة

طريقة التحضير:

نغسل الفاصولياء ونقمعها ونقطعها قطعاً متوسطاً

نقطع البندورة قطعاً صغيرة

يوضع الزيت في القدر ثم يضاف الثوم والكزبرة والبصل المقطع أجنحة

نقلب حتى يصفر لون البصل

نضيف البندورة والملح

ثم نضيف الفاصولياء مع كوب ماء ونتركه على نار خفيفة حتى تنضج الفاصولياء

يقدم هذا الطبق بارداً مع البصل الأخضر والفجل.



الباذنجان المفلي

المقادير:

كيلو باذنجان

زيت زيتون

ملح

طريقة التحضير:

يغسل الباذنجان ويقشر ثم يقسم دوائر رقيقة

نرش الملح فوق الباذنجان ونتركه في طبق من قش ونضعه في أشعة الشمس لمدة ساعة أو أقل

نضع الزيت في مقلاة كبيرة ونحميه على النار

نلقي دوائر الباذنجان في الزيت ونقلبها على الوجهين حتى يحمر لونها

نضعها على ورق يمتص الزيت ثم نضعه في الطبق

ويقدم هذا الطبق بارداً مع السلطة أو الفتوش أو المخلل وأيضاً الخبز العربي.





فرنبيط بالزيت

المقادير:

كيلو زهرة

كوب ونصف زيت زيتون

حصان من الثوم

رشة كمون

رشة بهار

ملح

طريقة التحضير:

تغسل الزهرة وتقطع قطعاً متوسطة

نضع الزيت في قدر على النار وعندما يسخن الزيت نضع الزهرة حتى يحمر لونها.

نسحبها ثم نضع وجبة أخرى وهكذا حتى تنتهي.

نضع الزهرة في قدر آخر ونضيف إليها الثوم والفلفل والكمون و1/2 كوب ماء ونتركها على نار خفيفة حوالي 15 دقيقة..

ثم تقدّم باردة مع المخلل أو السلطة.

بامية بالزيت

المقادير:

كيلو لحمة خضراء

7 حصوص ثوم

3 حبات بندورة

ملعقة صغيرة رب البندورة

ملعقة صغيرة كزبرة يابسة

عصير ليمونة واحدة

ملح - ماء

1/2 كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

تغسل البامية وتنشف وتقمع

نضع الزيت على النار ونقلب فيه الثوم المدقوق والكزبرة اليابسة

ثم نضع البامية ونقلبها معه

نقطع البندورة قطعاً صغيرة ونضعها فوق البامية ونقلبها

نذوب رب البندورة في الماء ونصبه فوق البامة ونتركها على نار خفيفة حتى تنضج.

يقدّم هذا الطبق بارداً.

المقادير:

كيلو فطر

كيلو بندورة

ربع كيلو بصل

5 بصلات خضراء

1/4 ملعقة بهار

ملح

رشة قرفة

4 ملاعق طعام سمنة عربية (بلدية)

طريقة التحضير:

يفسل الفطر ويقطّع قطعاً صغيرة

نغسل البندورة ثم نضعها في الماء المغلي لمدة دقيقتين ثم نقشرها ونقسم كل واحدة إلى قسمين ونخرج البندورة منها ونرمي البذور.

نقطع البندورة قطعاً صغيرة نقطع البصل دوائر وكذلك البصل الأخضر

نضع السمنة في القدر ونقلب البصل اليايس حتى يصفر لونه

نضيف البصل الأخضر والبهار والقرفة ثم نضع الفطر ونقلبه معه

نضيف البندورة المقشرة ونحرك المزيج ونتركه على نار خفيفة حتى يغلي وتتماسك الصلصة.

يقدّم مع هذا الطبق المخلل والسلطة.

سبانخ بالزيت

المقادير:

كيلو سبانخ خضراء

بصلتان يابستان

5 حصوص ثوم

حبة ليمون حامض

ملح- بهار

1/2 ملعقة فليفلة حمراء مطحونة

كوب زيت زيتون



طريقة النخضير:

نفرم البصل اليابس أجنحة

نغسل السبانخ في الماء البارد ونفرمها ناعماً ثم نضعها في ماء مغلي لمدة 5 دقائق

نصفي السبانخ في المصفاة

نضع الزيت على النار ليحمى ثم نضع البصل ونحركه حتى يتغيّر لونه إلى الزهري الغامق

نأخذ كمية من البصل ونتركها جانباً

نضع السبانخ فوق البصل الموجود داخل القدر ونحرّكها معه.

ندق الثوم ونقلبه معه وكذلك الفليفلة الحمراء المطحونة

نترك السبانخ على نار خفيفة حتى تتشف الماء عنها

نصب السبانخ في الجاط ونزيّنها بالبصل المقلي الذي تركناه جانباً

نقطع الليمون بعد غسله ونجعله قطع دائرية ونزيّن بها الصحن

يقدّم بارداً مع مخلل اللفت أو أي نوع ترغبين.

هندبة بالزيت

المقادير:

كيلو هندبة خضراء

1/2 كوب زيت زيتون

بصلتان مفرومتان أجنحة

حبة ليمون حامض

ملح

طريقة النخضير:

نغسل الهندبة جيداً بالماء البارد ونقطعها قطعاً متوسطة

نضع زيت الزيتون على النار ونقلب البصل حتى يحمرّ لونه. نأخذ نصف الكمية من البصل ونضعها في جانباً

نضع الهندبة فوق البصل ونقلّبها مع الملح والزيت ونحافظ على درجة الحرارة حتى تتشف الماء

نضع الهندبة في صحن ونزيّنها بالبصل الذي تركناه جانباً.

نقطع الليمون إلى شرائح ونزيّن بها الصحن..

تقدّم باردة..

المقادير:

كيلو خبيزة

بصلتان

1/4 كوب زيت زيتون

4 حصوص ثوم مدقوقة

ملح

طريقة النخضير:

نقطف ورق الخبيزة ونغسله بالماء جيداً

ثم نقطعه قطعاً صغيرة

نحمي زيت الزيتون على النار ونقلي البصل حتى يصبح لونه ذهبياً

ندق الثوم ونضيفه فوقه ونقلبه

نضيف الخبيزة ونقلبها مع الزيت والبصل والثوم والملح ونتركها على نار هادئة حتى تتشف ماؤها

تقدّم باردة.

براصيا بالزيت

المقادير:

15 حزمة براصيا

ربطة كزبرة خضراء

6 حصوص ثوم

1/2 كوب عصير الليمون

ملح- رشّة بهار

1/2 كوب زيت زيتون

طريقة النخضير:

نتظّف البراصيا ونغسلها جيداً

نقطعها قطع صغيرة ونغسلها ونصفيها بالمصفاة

نضع الزيت في القدر ونضع الثوم المدقوق ثم نضيف البراصيا ونقلبها

نضيف الماء والكزبرة الخضراء بعد فرمها ناعماً والملح والبهار. ونتركها مدة ربع ساعة على النار حتى تتضج البراصيا.

يقدّم هذا الطبق بارداً.

ويمكن أن نضع فوقها عصير الليمون حسب الرغبة.





إيج أو (كبة بزيت الزيتون)

المقادير:

- كوبان من البرغل الأسمر الناعم
- ملعقتان من رب الفليفلة
- ملعقتان من رب البندورة
- رشة ملح
- رشة نعناع يابس - رشة كمون
- حبتان من البصل الأخضر مقطعتان قطعاً صغيرة
- 1/2 كوب رب الرمان
- بصلة يابسة واحدة
- باقة بقდونس مفرومة ناعماً

طريقة التحضير

يغسل البرغل ويصفى
يطحن البرغل في ماكينة طحن الكبة وتطحن البصلة اليابسة معه
يعجن البرغل مع رب الفليفلة والبندورة مع بل اليد بالماء البارد حتى تصبح العجينة طرية
يضاف النعناع والكمون ورب الرمان إلى عجينة البرغل وتعجن المواد جيداً
نضع قليلاً من زيت الزيتون على النار ونضيف البصل الأخضر والبقدونس ونقلبه قليلاً ثم نصب الزيت على البرغل ونحرّكه بالملعقة.
نمدّ البرغل في جاط ثم نصب عليه ما تبقى من زيت الزيتون.
يقدم مع هذا الطبق المخلل والسلطة.





مفهومه

المقادير:

5 باقات سلق

2 كوب برغل خشن

4 ملاعق كبيرة كزبرة يابسة

8 حصوص ثوم مدقوقة ناعماً

ملح - بصلة يابسة كبيرة مفرومة ناعماً

كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نغسل السلق جيداً بالماء البارد ونقطعه قطعاً صغيرة جداً

نضع السلق في الوعاء مع كويين من الماء ونتركه يذبل ويتقلّى

نضع قليلاً من زيت الزيتون على النار ونحمر البصلة جيداً ثم نضع السلق فوقها ونغليها مع بعضها.

ثم نضع البرغل الخشن بعد غسله بالماء وتصفيته ونحرك بشكل دائم حتى ينضج البرغل جيداً في السلق فتضع المزيج مع بعضه البعض

نضع الزيت في المقلاة ونحمر الثوم والكزبرة اليابسة ونصب قليلاً في المزيج ونحركه

نصب خليط السلق البرغل في طبق التقديم

ونصب باقي الكزبرة والثوم على الوجه.

يقدم مع هذا الطبق المخلل والسلطة والرشاد.

بطاطا بالكزبرة الخضراء

المقادير

كيلو بطاطا مفسول ومقشر

كوبان من الزيت

1/2 ملعقة صغيرة فلفل أحمر

ملعقتان كبيرتان كزبرة خضراء

رشة كزبرة يابسة

ملح حسب الطلب

حصان من الثوم مدقوقان

طريقة التحضير:

بعد غسل البطاطا وتقسيرها نجففها ونقطعها مكعبات صغيرة

نضع الزيت في القدر على النار ونقلّ البطاطا حتى تحمر

نخلط الثوم مع الملح ونقلّ الخليط في الزيت

نضيف البطاطا والفلفل والكزبرة اليابسة ونحرّكها

نبعد البطاطا عن النار ونضيف الكزبرة الخضراء ثم نضعها في جاط

يقدم هذا الطبق مع شرحات من اللحم المشوي أو الدجاج المحمّر

وتقدم معه سلطة الخيار مع البندورة.





حمص مع السلق بالزيت

المقادير:

- 2 كيلو سلق
- بصلتان
- $\frac{1}{2}$ كوب حمص
- 3 ملاعق طعام رب البندورة
- ملح
- 4 ملاعق طعام زيت زيتون
- $\frac{1}{4}$ ملعقة طعام رب الفليفلة
- باقة كزبرة يابسة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة بهار مشكل
- رشة فلفل أحمر

طريقة التحضير:

ينقع الحمص طوال الليل ويسلق وتقسم كل حبة إلى حبتين يغسل السلق جيداً وتأخذ أوراقه ونقطعها قطعاً متوسطّة نحمي الزيت في القدر ونضع البصل ونقلّبه حتى يصفرّ نضيف السلق ونقلّبه مع البصل ونتركه على نار خفيفة حتى تتشف الماء إن وجدت نضيف الفليفلة والكزبرة الخضراء والحمص المفقوش وحامض الليمون ورب البندورة ونقلّب جيداً نتركه على النار الخفيفة مدة 10 دقائق..
يقدم هذا الطبق بارداً.



بامية بالزيت مع رب الرمان

المقادير:

- كيلو بامية صغيرة
- 6 ملاعق طعام زيت زيتون
- باقة كزبرة خضراء
- 8 حصوص ثوم
- $\frac{1}{2}$ كوب رب الرمان
- $\frac{3}{4}$ كوب جوز
- ملح

طريقة التحضير:

نغسل البامية ونقمعها وننشفها نضع زيت الزيتون في القدر ونضع البامية ونقلّبها قليلاً مع الزيت حتى تذبل نقطع الكزبرة قطعاً صغيرة ونضيفها إلى البامية مع الثوم المدقوق والملح نقلّب جيداً ثم نصب الماء فوق البامية ونتركها حتى تتضج.
نضيف رب الرمان ونتركه يغلي مدة خمس دقائق ونضيف الجوز المقطّع قطعاً صغيرة.

جريش الكوسا

المقادير:

- كيلو كوسا
- نصف كوب قمح مجروش0
- 5 ملاعق طعام زيت زيتون أو 3 ملاعق سمّنة حموية
- ملح حسب الرغبة

طريقة التحضير:

يغسل الكوسا ويفرم ناعماً يوضع على النار مع قليل من الماء حتى ينضج قليلاً ثم نضع القمح المجروش فوقه ونقلّب جيداً ونضع كمية من الماء نضع غطاء القدر ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج ثم نحمّي الزيت أو السمّنة ونرشه عليها.
ملحظة: يمكن استعمال البرغل الخشن عوضاً عن القمح المجروش.



البرغل مع فراغب البصل الأخضر (الزنبوط)

المقادير:

نصف كيلو من قرعوب البصل

نصف كوب زيت زيتون

كوب واحد من البرغل الخشن

طريقة التحضير:

يغسل القرعوب وينشذف ثم يفرم ناعماً.

نقلي قرعوب البصل في الزيت حتى يذبل.

نضيف إليه 3 أكواب من الماء الساخنة ونتركه ليغلي.

نضيف الملح والبرغل مع التحريك.

نغطي القدر ونتركه على نار خفيفة مدّة نصف ساعة.



السليق

في أيام الربيع، تذهب النسوة إلى سواقي الماء في الريف ويقطفن كل ما يشاهدنه من خضر طازجة.

فيحضرن معهن الخبيزة، والهندبة، والحميضة، وقرص العنة، ولسان التور.

نغسل الخضر جميعها ونقطعها.

نضع زيت الزيتون في قدر يدعى المقلي مع البصل اليابس المقطّع أيضاً.

ثم نضع جميع هذه الخضر المقطّعة على النار مع الزيت والبصل ونطبخها.

ملاحظة: المقلي مصنوع من الفخار وهو وعاء معروف في الريف والطبخ فيه يعطي نكهة خاصّة للطبخة.لما **???????** يابس المقطّع أيضاً، وقرص

العنة، ولسان التور. ما يشاهدنه من خضر طازجة..

البقلة

المقادير:

كيلو من ورق البقلة

بصلتان يابستان

4 حصوص ثوم مدقوقة

رشة فليفلة حمراء

عصير حيتي ليمون حامض

نصف كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نغسل أوراق البقلة وننشفها

نقطع البصل جوانح

نضع الزيت في القدر ونضيف البصل ونحرّكه حتى يحمر لونه.

نضع البقلة ونقلّبها.

بعد أن تتضج نصفياً على نار خفيفة، نضيف الثوم المدقوق والفليفلة الحمراء

ونتركها على النار حتى تتضج البقلة.

عند تناولها نضيف الليمون الحامض.

الفلفاز (لوف)

شكله مثل الزنبق، له في الوسط قلم خمري بنفسجي.

يعرف في ريف طرطوس وأيضاً في ريف طرابلس وهو أكلة مهمّة وفقيرة.

نجدّه في الطبيعة من دون زراعة لأنه بري.

المقادير:

كيلو قلقاز

بصلة يابسة كبيرة

نصف كوب زيت الزيتون

نصف كوب عصير الليمون

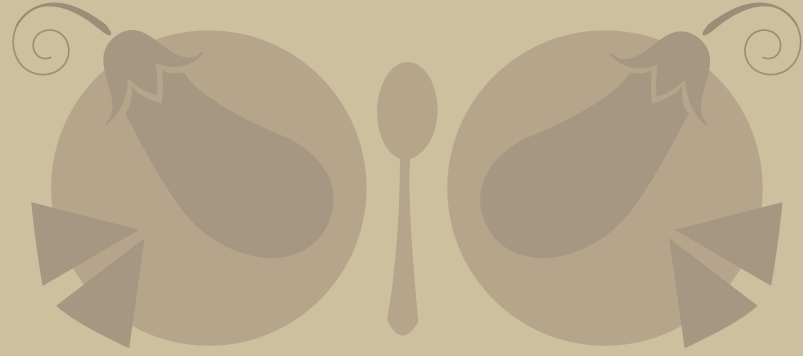
طريقة التحضير:

نضع الزيت في القدر ونقلّب فيه البصلة المفرومة.

ثم نضع القلقاز ونقلّبه حتى ينضج.

نضيف حامض الليمون.

فخار



(1) فتة باذنجان مع بطاطا

(2) فتة الكوارع (مقادم)

(3) فتة مكدوس

(4) فتة الدجاج

(5) فتة الحمص

(6) اللسانات

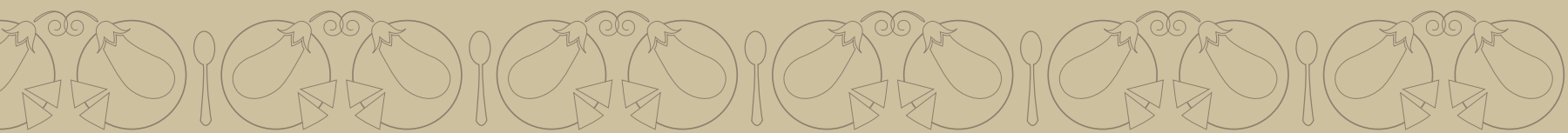
(7) المتبلة

(8) طريقة تحضير اللبن

(9) اللبنة

(10) حفظ اللبنة

(11) حراق إصبعة (طبق شامي)





فنة باذنجان مع البطاطا

المقادير:

2 كيلو باذنجان مقطّع مكعبات

نصف كيلو بطاطا مقطّعة مكعبات

$\frac{1}{2}$ كوب حمص حب

رغيف خبز

زيت للقلي

باقة بقدونس

كوب من اللبن

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نقلي الباذنجان في الزيت ونتركه جانباً

نقلي البطاطا ونتركها جانباً

نسلق الحمص حتى يستوي ثم نقشره ونقسمه إلى قسمين

نضيف الباذنجان في قعر الطبق ونضع البطاطا المقلية فوقه

ثم نضع الحمص والخبز المقطّع والمحمص في الفرن أو المقلي

نصب اللبن فوق الجاط ونرش البقدونس على الوجه.

يقدّم ساخناً.

فنة الكوارع (المقادير)

المقادير:

6 مقادم نظيفة

بصلة

ملعقة طعام عصير ليمون

8 أكواب ماء

ملعقتان كبيرتان من الملح

4 حصوص ثوم

$\frac{1}{2}$ كوب صنوبر

$\frac{1}{2}$ كوب سمنة

كوبان من اللبن

طريقة التحضير:

نشق المقادم ونخرج بيت الشعر منها

ثم نحرقه على النار حتى نتخلّص من بقايا الشعر

نغسلها جيداً بالماء ونضعها في القدر مع الماء المغلي والملح ثم نذل الماء أكثر من مرة

ونضيف البصل والملح والماء وعصير الليمون

ونتركها على النار حتى تتضج اللحمة

نحمص رغيفين من الخبز العربي ونقطعهما ونضعهما في جاط

نفرم الثوم ونخلطه باللبن

نفرم الثوم مرة ثانية ونخلطه مع الليمون وكمية من مرقة السلق ونصبه على الخبز ثم نصب اللبن المثلث ونضع المقادم على الوجه ونرش

الصنوبر.

فنة مكدوس

المقادير:

2 كيلو باذنجان قياس صغير

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً

250 غراماً من الصنوبر

ملح- بهار- لبن

$\frac{1}{2}$ كوب بزر مقشر

$\frac{1}{4}$ كوب سمنة للقلي

ملعقة صغيرة رب البندورة

كوبان من الأرز

حصان من الثوم مدقوقان

رغيف خبز عربي مقطّع إلى مثلثات

طريقة التحضير:

يفسل الباذنجان ويحضر بالمنقارة

نحامي السمنة على النار ونقلي القلوبات (الصنوبر) ثم اللوز

نقلي اللحمة مع الملح والبهار ونخلطها مع الصنوبر واللوز

نحشي الباذنجان ثم نقلبه في السمنة ونضعه في القدر مع الماء والملح وأيضاً رب البندورة ونتركه حتى ينضج

نخلط اللبن مع الثوم ويمكن إضافة ملعقة طحينية ونخفقه جيداً

نطبخ الأرز

نحمر الخبز في السمنة ونضعه في الجاط

نصب الأرز فوقه ونرص الباذنجان فوقه ونصب اللبن والطحينية مع الثوم فوقه ونضع القليل من ماء طبخ الباذنجان فوقه.

يقدّم هذا الطبق ساخناً.



فنة الدجاج

المقادير:

- دجاجة
- 3 أرغفة من الخبز العربي
- كيلو لبن
- عصير ليمونة واحدة
- 4 ملاعق طحينة
- زيت زيتون
- باقية بقدونس
- بصلة واحدة - ورق غار - ملح حسب الطلب
- 1/2 ملعقة من 7 بهارات
- سبع بهارات مؤلفة من بهار أسود+ كمون+ قرفة+ بهار أبيض+ حب الهال
- 4 حصوص ثوم مدقوقة

طريقة التحضير:

تغسل الدجاجة بالماء جيداً ثم نضعها في الطنجرة مع الماء والبهار والبطلة والغار ونتركها على نار حامية حتى تسلق جيداً ثم نزيل اللحم عن العظم والجلد ونحتفظ بلحم الدجاج فقط.

نقطع الخبز قطع متوسط الحجم ونقلبها في زيت الزيتون ونتركها جانباً

نضع الطحينة مع عصير الليمون والثوم مع البقدونس

نضيف الخبز في قاع وعاء بيضوي ونسكب فوقه ماء الدجاج بالتدريج قليلاً قليلاً

ثم نضع قطع الدجاج ومن ثم نسكب الخلطة (خلطة الطحينة مع الليمون والثوم) ونزيّن الوعاء بالبقدونس.



فنة الحمص

المقادير:

- كوبان من الحمص
- ملعقتان كبيرتان من الطحينة
- 5 أكواب من اللبن
- 5 حصوص ثوم
- رغيف مقطع مكعبات
- 3 ملاعق صنوبر
- 1/2 ملعقة صغيرة كمون مطحون
- 1/2 ملعقة صغيرة فلفل أحمر ناعم
- ملعقة صغيرة خل - ملعقتان كبيرتان من السمنة

طريقة التحضير:

تنقع الحمص في الماء ثم نسلقه ونقشره

نطحن الثوم مع الملح نقطع الخبز إلى مكعبات ونقليها في السمنة

نحمص الصنوبر في السمنة

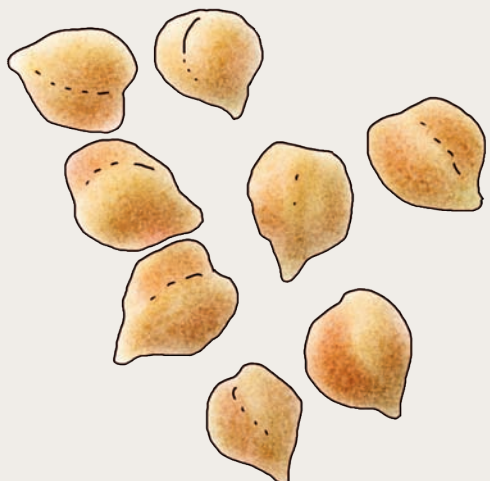
نخلط اللبن والطحينة والثوم جيداً

نسخن الحمص ثم نضيف إليه خليط اللبن والطحينة

نضع الخبز في جاط ثم نسكب المزيج ونزين بالصنوبر والفلفل والكمون.

يقدم ساخناً.

ر



اللسانات

المقادير:

- 6 لسانات غنم
- 4 حصوص ثوم
- 3 ملاعق كبيرة عصير ليمون
- 1/2 كوب زيت زيتون
- 4 حبات هال
- ورقتا غار
- 1/2 ملعقة صغيرة بهار + رشّة قرفة
- شة فيلولة حمراء مطحونة

طريقة التحضير:

نغسل اللسانات ونضعها في الماء والملح مدة ربع ساعة
نضع القدر على النار ونسلق اللسانات مدّة 10 دقائق
نسكب الماء ونضع ماء مغلية ونغلي اللسانات ثم نصبها
ونضع ماء مغلية نظيفة مع ورق الغار والهال وملعقة من عصير الليمون والبهار والملح
ونترك اللسانات على النار حتى تتضج
نقشر اللسانات ونضعها في جاط عميق ونصبّ الليمون وزيت الزيتون مع رش الفيلولة والقرفة.
يزيّن الطبق بعرق بقدونس مفروم ناعماً.

المنبلة

(شوربة شعبية وخاصّة في الأرياف أيام الحصاد)

المقادير:

- 3 أكواب من القمح المقشور
- 2 كيلو لبن
- ملعقة صغيرة ملح

طريقة التحضير:

ينقع القمح المقشور في الماء طوال الليل مع ملعقة صغيرة ملح
نضع الماء في القدر مع القمح ويسلق حتى ينضج
نترك القمح في ماء السلق
نحضر اللبن ونصب فوقه القمح ونحرّكه مع رشّة ملح
ونضعه في البراد حتى يبرد ثم يقدّم.



طريقة تحضير اللبنة

المقادير:

6 كيلو لبن

3 ملاعق ملح

كيس قماش أبيض نظيف

طريقة التحضير:

نضع اللبن مع 4 أكواب ماء الملح في كيس قماش ونتركه طوال الليل حتى نتخلص من الماء إذا كانت اللبنة حامضة نضيف القليل من الماء ونتركها لتتصفى.

تعتبر اللبنة من المقبلات الطيبة

يمكن أن نضيف على وجه اللبنة زيت الزيتون ورشة نعناع يابس.

طريقة حفظ اللبنة

تقسم اللبنة إلى كرات صغيرة مع بلّ يدنا بالماء

ونمدّد القطعة بين الكفين بحيث تصبح كالكرة الصغيرة

نضعها على طبق ونغطّيها بغطاء قماش نظيف ونتركها في الهواء حتى تجفّ قليلاً مدّة 3 ساعات

نضع هذه الكرات في مرطبان ونضيف إليها زيت الزيتون..

بعد عشرة أيام تصبح جاهزة..



تحضير اللبن

المقادير:

5 كيلو حليب

3 ملاعق كبيرة من اللبن

طريقة التحضير:

نضع الحليب داخل القدر على النار وعندما يصل إلى درجة الغليان

نرفعه عن النار ونتركه جانباً

حين يصبح الحليب فاتراً أي متوسّط السخونة، نضع اللبن مع القليل من الحليب ونحرّكه جيداً

ثم نصبه فوق الحليب ونغطّي القدر ونتركه في مكان دافئ

إذا كان الطقس بارداً نضع قطعة قماش كبيرة حول القدر

نتركه لمدة (5-6) ساعات بعدها يصبح اللبن جاهزاً ونضعه في البراد.

نضعها على طبق ونغطّيها بغطاء قماش نظيف ونتركها في الهواء حتى تجفّ قليلاً مدّة 3 ساعات

نضع هذه الكرات في مرطبان ونضيف إليها زيت الزيتون..

المقادير:

كوب عدس حب

3 باقات كزبرة خضراء

حص ثوم مدقوق

ملعقة صغيرة رب الرمان

نصف كوب عصير بو صفير

رغيف خبز عربي مقطّع مربعات صغيرة

كوب ورّبع زيت نباتي

ملعقة طعام ملح

رشّة كمون مطحون

رشّة بهار مشكل

طريقة التحضير:

ينقى العدس من الأوساخ ويغسل

تضاف إليه 6 أكواب من الماء ويوضع على النار ليغلي.

تخفّف النار ويترك عليها ليغلي مرّة ثانية لمدة 20 دقيقة أو حتى ينضج.

يقطع البصل جوانح رفيعة ويقلى في كوب من الزيت حتى يحمر

تغسل الكزبرة وتقرّم وتصفى

يضاف الثوم إلى الكزبرة وكوب من الزيت في مقلاة على النار ويحرك حتى تذبل الكزبرة.

يرفع بعدها عن النار

يضاف الملح والتوابل إلى العدس مع نصف كمية الكزبرة المقلية ونصف كمية البصل مع عصير الليمون

ورب الرمان، ويوضع الخليط على النار مدّة 10 دقائق.

تقلّى مربعات الخبز في نصف كوب من الزيت على نار قوية حتى تحمر

يوضع الخبز في طبق كبير ويصبّ فوقه خليط العدس.

ثم يزيّن بما تبقى لدينا من الكزبرة المقلية والبصل المقلي وبعض الخبز المقلي.

يقدّم العدس ساخناً.

المُعَبَّنَات

1- سمبوسك الجبن بحبة البركة

2- فطاير بالسبانخ والجبنة

3- فطاير باللحمة

4- فطاير بالفليفلة الحمراء

5- شيشبرك (طائيه الراعي)

6- لحم بعجين عنتابي

7- لحم بعجين بلدي

8-مناقيش الزعتر

9-سمبوسك باللحمة ورب الرمان

10- فطاير بالجبنة

11 - فطاير بالسبانخ

12 - صفيحة شامية

13 - الزنكل

14 - ترموسة





سمبوسك الجبنة بحبّة البركة

المقادير:

350 غراماً جبنة بيضاء (جبنة عكاوي)

ملعقة صغيرة حبة بركة

كوب طحين

كوب زيت للقلي

كوب ماء

رشة ملح

طريقة التحضير:

يخلط الطحين مع حبة البركة والملح ونحركه جيداً حتى يصبح عجينة

تنقع الجبنة في الماء مدة ساعة ونغيّر الماء عنها

ثم نقطع الجبنة قطعاً صغيرة

نرق العجينة على شكل مستطيل ونضع في كل مستطيل ملعقة من خليط الجبنة في منتصفه ونلفّها على شكل مثلث ونضغط على الأطراف باليد ثم بالشوكة وهكذا حتى تنتهي.

نحمي الزيت ونقلي السمبوسك في الزيت الحامي حتى يصبح لونه ذهبياً.

فطائر السبانخ بالجبنة

مقادير الحشوة:

ملعقتان زبدة

3 ربطات سبانخ طازجة

4 حصوص ثوم

ملعقتان من عصير الليمون

كوب جبنة بيضاء حلوة

ملعقة كبيرة سماق مطحون

بيضة

العجين: فنجان طحين

ملعقة كبيرة لبن

½ فنجان زيت مازولا

كأس ماء

رشة ملح





طريقة النخضير:

نخلط الطحين مع اللبن والزيت والملح والماء ونتركه مدة نصف ساعة بعد أن نغطيه.

نعجن العجين ببل اليد بالماء ونقطّعها قطعاً ونفرد القطعة على طاولة خشب باستعمال الشوبك ونرق العجين.

نحمر السبانخ المغسول والمفروم ناعماً في الزبدة ثم نضيف البهار ونحرّك المزيج على النار ونتركه حتى يبرد، ثم نضيف السماق مع الجبنة.

نضع ملعقة من الخليط على قطعة العجين المرقوقة ثم نضغط على أطرافها بالإصبع والشوكة.

نمسح وجه الفطيرة بالبيض ثم ندخلها إلى الفرن على درجة (200م) لمدة 20 دقيقة.

فطائر اللحم

المقادير:

مقادير العجينة كما ذكرنا في فطائر السبانخ بالجبنة

مقادير حشوة فطائر اللحم

400 ربع كيلو طحينة

3 أكواب بصل مفروم ناعماً

صفار بيض

200 غرام صنوبر

رشة هال- ملعقة زبدة

رشة بهار أسود

رشة كزبرة مطحونة

ملح

طريقة النخضير:

نضع البصل في القدر ونقلّبه على النار مع الزبدة حتى يتغيّر لونه ونضيف الملح واللحمة المفرومة والبهارات والصنوبر ونقلب جيداً ثم نضيف

الطحينة ونقلّبها بشكل جيد ثم نرفع الخليط عن النار..

نرق العجينة على طاولة الخشب ونقطعها قطعاً صغيرة بشكل دوائر باستعمال قالب

نضع الحشوة على كل قطعة ثم نقفلها بشكل مثلث بأخذ طرف الدائرة إلى الطرف الثاني ونضغط بالإصبع ثم نستعين بالشوكة.

نضع الفطائر في صينية مدهونة بالزيت ومرشوشة بالطحين ثم ندهن الفطائر بصفار البيض وندخلها الفرن على درجة حرارة (200 م) حتى

تحمّر ويصبح لونها ذهبياً.

فطائر بالفليفلّة الحمراء

المقادير:

3 أكواب طحين

³/₄ كوب زيت زيتون

كوب واحد ماء

8 ملاعق طعام رب الفليفلّة الحمراء

3 ملاعق كبيرة بذور السمسم

¹/₄ ملعقة صغيرة حبة بركة

3 ملاعق بصل مفروم ناعماً جداً

ملعقة طعام سماق

ملعقة سكر

ملعقتان من اللبن

4 ملاعق طعام من عصير الحامض

¹/₂ كوب زيت زيتون

طريقة النخضير:

نصنع عجينة متماسكة من الطحين والزيت والماء ورشة ملح والسكر واللبن

نخلط المواد ونتركها مدّة نصف ساعة ونغطيها بقماشة مبللة حتى لا تتشف العجينة

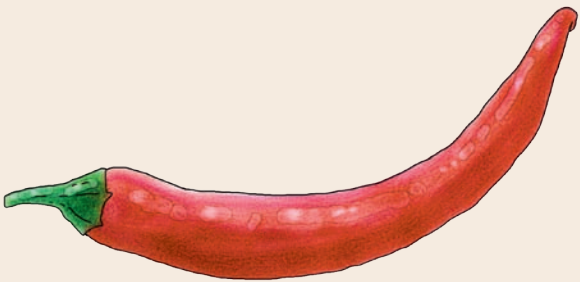
ثم نخلط رب الفليفلّة مع حبة البركة والسمسم والبصل المفروم والسماق وزيت الزيتون وعصير الليمون ونجعلها متماسكة.

نرق العجينة على الطاولة ونقطّعها دوائر كبيرة

ثم نفردھا بالشوبك وباستعمال ريشة ندهن زيت الزيتون على وجه القرص الدائري ونضع 3 ملاعق من عجينة الفليفلّة ونفردھا بشكل جيد،

وهكذا حتى تنتهي العجينة.

ندخلها الفرن على درجة حرارة متوسّطة ونتركها مدّة 10 دقائق حتى تتضج العجينة.





شيشبرك (طائيه الراعي)

المقادير:

كوبان من الطحين

كوب من الحليب

1/2 كوب ماء

ملح

مقادير الحشوة:

400 غرام لحم مفرومة ناعماً

بصلتان مفرومتان ناعماً

1/4 كوب من السمنة

1/4 كوب من الصنوبر

ملعقة صغيرة بهار + قرفة

ملعقة صغيرة ملح

1/4 باقة بقدونس مفرومة ناعماً

3 كيلو لبن

ملعقتان من النشاء

بيضة - ملح

5 حصوص ثوم

ملعقتان من النعناع اليابس

طريقة التحضير:

يخلط الحليب مع الطحين والماء حتى يصبح عجينة

يعجن العجين حتى يصبح طرياً ونتركه جانباً

نحمر الصنوبر في السمنة ثم نرفعه من القدر

نضع اللحم المفرومة والبصل المفروم في القدر مع السمنة ونضيف البهار والملح والقرفة ونحرّكها مدّة 10 دقائق ثم نرفعها عن النار ونخلطها مع

البقدونس والصنوبر.

نضع القليل من الطحين على خشبة ونرق العجين حتى يصبح بسماكة 1/2 سنتم..

نقطع العجينة بفوهة فتجان الشاي إلى دوائر.

نحشي كل دائرة بملعقة من الحشوة ونطبقها على بعضها وذلك بالضغط على أطرافها

نضع الدوائر في صينية وننثر القليل من الطحين لكي لا تلتصق ببعضها البعض.

طبخ اللبن:

نجفّف اللبن ونضيف إليه النشاء بعد أن ندوّبه في الماء ونصبه بالتدرّج مع التحريك، وكذلك نضع البيضة ونحرّك بشكل مستمرّ حتى يغلي اللبن.

نسقط العجينة واحدة تلو الأخرى ونتركها على نار هادئة مدّة 15 دقيقة.. ندق الثوم ونضعه فوق السمنة على النار ونضيف النعناع اليابس ونصبه

مع السمنة فوق اللبن.

يقدّم هذا الطبق ساخناً.

لحم بعجين عنتابري

المقادير:

كيلو لحم مفرومة ناعمة

3 حصوص ثوم مدقوقة

3 حبات بندورة مفرومة ناعماً

باقة بقدونس مفرومة ناعماً

1/4 باقة نعناع أخضر مفرومة ناعماً

بصلة صغيرة مفرومة ناعماً

3 ملاعق رب البندورة

1/2 ملعقة طعام بهار مشكّل أسود وأبيض وسبع بهارات

ملعقة ملح

العجينة:

كما صنعنا العجينة في اللحم بعجين البلدي.

طريقة تحضير حشوة اللحم:

نخلط اللحم مع جميع المكونات

نقطع العجينة ونفرد كل قطعة بالشويك على طاولة خشب مع رشة طحين على سطح كل قطعة (قطرها ما بين 10-15 سنتم)

نضع 3 ملاعق من الحشوة على العجينة

نصف العجين في صينية وندخلها الفرن على درجة حرارة (200 م) وحين يحمرّ لونها تكون اللحم قد نضجت في داخلها.

تقدّم ساخنة مع اللبن والسلطة أو المخلّل.



لحم عجيين بلدي

المقادير:

- 6 أكواب طحين
- $\frac{1}{2}$ كوب صنوبر
- ملعقة صغيرة سكر
- $\frac{1}{4}$ كوب زيت مازولا
- ملعقة ملح
- كوبان من الماء
- 4 ملاعق طعام لبن
- كيلو لحمة مفرومة ناعماً
- ملعقة طعام سبع بهارات
- 3 بصلات مفرومة ناعماً
- $\frac{1}{2}$ كوب رب الرمان
- ملعقة صغيرة رب البندورة

طريقة تحضير العجينة:

يوضع الدقيق في صحن كبير وعميق ويضاف إليه اللبن والزيت والسكر والملح والماء ويخلط بالملعقة مع بيضة ويغطى الصحن ويترك مدّة نصف ساعة.

نعجن العجينة ونرش عليها القليل من الطحين. ونرق العجينة بالشوبك إلى أقراص مستديرة قطرها ما بين 10 إلى 15 سم.

طريقة تحضير اللحمة:

تخلط اللحمة مع البهار والبصل المفروم ورب الرمان ورب البندورة والصنوبر.

نمدّ الخلطة على صفائح العجين ويضغط عليها بالأصابع حتى تلتصق جيداً

نضع أقراص العجين في صينية وندخلها إلى الفرن على درجة حرارة (220م) وتخبز حتى ينضج أسفلها

يقدم مع هذا الطبق اللبن أو السلطة.

المقادير:

- كيلو من الطحين
- ملعقة طعام سكر
- 3 ملاعق لبن
- كوب ماء فاتر
- $\frac{1}{2}$ كوب من زيت المازولا (زيت نباتي)
- رشة ملح
- كوب زعتر
- 3 ملاعق طعام سماق
- ملعقتان من السمسم
- $\frac{1}{2}$ كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نخلط الطحين مع اللبن والسكر والملح والماء الفاتر وزيت المازولا ونحرّكه قليلاً ثم

نضع عليه قماشة مبلّلة بالماء ونتركه مدة ساعة.

ثم نعجنه ونرقه بالشوبك مع رشة طحين على كل قرص (سماكة كل قرص تقريباً 2 سنتم)

نخلط الزعتر مع السماق والملح والسمسم وزيت الزيتون

نمد بالملعقة خليط الزعتر والزيت فوق عجينة القرص ثم ندخلها إلى الفرن حرارة (250 م) لمدة 6 دقائق ونشكها بالشوكة حتى لا تنتفخ أكثر من اللازم

مناشير الزعتر



سمبوسك باللحمة ورب الرمان

مقادير العجين :

كوبان من الطحين الأبيض

ملعقة صغيرة سكر

ملعقة صغيرة ملح

ملعقتان كبيرتان حليب نيدو

ملعقة من خميرة البيرة سريعة الذوبان

1/3 كوب زيت مازولا

نصف كوب ماء

مقادير الحشوة:

300 غرام لحم غنم مفرومة ناعماً

1 بصلة كبيرة

نصف باقة بققدونس

ملح – بهار

50 غراماً صنوبر

كوبان كبيران من زيت المازولا

طريقة التحضير:

يوضع الطحين والحليب والسكر والخميرة في وعاء واحد ثم يضاف الزيت والملح ويفرك الطحين بالأصابع. يضاف الماء وتعجن العجينة باليد ثم نغطّيها ونتركها لمدة نصف ساعة أو أكثر حتى تتخمّر.

طريقة تحضير اللحم أي الحشوة

توضع البصلة في الوعاء على النار بعد فرمها جيداً وتقلب قليلاً ثم تضاف إليها اللحم حتى تتضج.

نضع الملح والبهار والصنوبر ونقلب جيداً حتى تتضج.

نضيف البقدونس المفروم ناعماً ونقلبه ثم نترك الحشوة جانباً حتى تبرد.

طريقة حشو السمبوسك

نأخذ العجينة ونفردها بالشوبك (النشابة) ونضع القليل من الطحين ليساعدنا.

نفتح العجينة على الطاولة ونقطعها بقالب دائري ونأخذ كل قطعة ونضع داخلها ملعقة صغيرة من الحشوة ونرد أطراف القطعة بأصابعنا ثم

نستعين بشوكة الطعام ونغلف أطراف القطعة تغليفاً جيداً وهكذا حتى النهاية.

نحمي زيت المازولا على النار حتى الغليان ثم نسقط السنبوسك كل 3 أو 4 مع بعض داخل الزيت حتى تحمر العجينة.

ملحظة:

نستطيع إضافة حب الرمان إلى الحشوة وذلك حسب الرغبة وأيضاً عوضاً عن حشوة اللحمه تستبدل بالجبنه

مقادير حشوة الجبنه

200 غرام جبنة حلوة

1 بصلة مفرومة ناعماً

بققدونس- بهار – ملح

نخلط الجبنه مع البصله والملح والبهار والبققدونس ونحشي بها العجينة





فطاير بالجبنّة

المقادير:

(العجينة كما صنعناها في فطاير السبانخ)

ربع كيلو جبنة عكاوي المالح

¼ باقة بقدونس مفرومة ناعماً

بصلة

½ كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نقطع البصلة قطعاً صغيرة جداً

نضع القليل من الزيت ونقلب البصل حتى يصفرّ لونه نتركه حتى يبرد.

نخلط البصل مع الجبنة المقطّعة والبقدونس

نضع ملعقة من الجبنة في وسط قرص العجين ثم نجذب أطراف القرص إلى الوسط.

ندهن الصواني بالزيت ونصف الفطاير ندخلها الفرن على درجة حرارة (200م) مدّة نصف ساعة حتى تشقّر العجينة من الأسفل..





فطائر بالسبانخ

المقادير:

- 4 أكواب من الطحين
- ملعقة صغيرة من خميرة البيرة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة ملح
- $\frac{1}{2}$ كوب زيت نباتي
- كوب ماء فاتر
- كيلو سبانخ (أوراق فقط)
- ملعقة ونصف سماق
- $\frac{1}{2}$ كوب عصير ليمون
- $\frac{1}{2}$ كوب زيت الزيتون
- ملعقتا طعام ملح
- نصف كيلو بصل

طريقة التحضير:

يخلط الطحين مع الملح والخميرة بعد تذويبها في الماء الفاتر والزيت النباتي نحرك ثم نتركه مدة نصف ساعة بعد تغطيته بقماشة مبللة بالماء ثم نعجن العجينة ونبلل كفنا بالماء عند الحاجة. نستعمل الشوبك ونمدّ العجينة على اللوح الخشبي المعدّ لذلك ويوضع قليل من الطحين عليه ونقطع العجينة بفتحة فتجان ونجعل من العجينة أقراصاً حسب الطلب..

تجهيز الحشوة

نغسل السبانخ جيداً عدة مرات ثم نقطعها قطعاً صغيرة ونسلقها ونعصرها. نقشر البصل ونفرمه جيداً ونضعه في القدر.. نصب زيت الزيتون فوقه ونقلبه على النار حتى يصفرّ، نضيف السبانخ والسماق وعصير الليمون. نضع ملعقة من الحشوة فوق كل قرص ونأخذ كل طرف من القرص إلى الوسط. نصفّ الأقراص في صينية مدهونة بالزيت وتوضع في الفرن على درجة حرارة (200 م) مدة بين 15-20 دقيقة. يقدم هذا النوع من الفطائر ساخناً مع الخلّ والفجل.



صفينة شامية^(١)

المقادير:

3 أكواب من الطحين

كوب من الماء الفاتر

ملعقة طعام سكر

$\frac{3}{4}$ ملعقة ملح صغيرة

4 ملاعق طعام زيت نباتي

ملعقة طعام خميرة

الحشوة:

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً

بصلة

200 غرام صنوبر

بهار مشكل - ملعقة صغيرة قرفة

كوب لبننة

ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

4 ملاعق زيت

طريقة التحضير:

نخلط الطحين مع الخميرة والماء الفاتر والسكر والملح والزيت جيداً

ونعجن العجينة إلى أن تصبح متوسطة الطراوة

نغطي العجينة بقطعة قماش مبللة بالماء ونتركها ساعة واحدة لترتاح وتنتفخ.

نقطع العجينة ونرقها بالشوبك مع وضع القليل من الطحين على الرف الخشبي الذي نستعمله.

وبعد أن نحصل على قرص من العجين نضع ملعقة ونصف من الحشوة على القرص ونبلّ بواسطة الفرشاة أطراف القرص بالماء.

نحمّي الفرن ونضع الأقراص في صينية ثم ندخلها إلى الفرن على درجة حرارة (250م) ونتركها مدّة ربع ساعة حتى يشقرّ جوفها.

عمل الحشوة:

نقلي البصلة المفرومة ناعماً في الزيت حتى يصفرّ لونها..

نتركها حتى تبرد ونضيف اللحمة واللبننة والبهارات والفليفلة والصنوبر والقرفة ونخلطها جيداً.

(١) هذا الطبق مائل لطبق الصفیحة البعلبكیة ولكل طبق نكهته





المقادير:

5 أكواب طحين

ملعقتا خميرة مذوبة في الماء الفاتر

رشة ملح

مقادير الحشوة:

كيلو لحمة مفرومة ناعماً

ملعقتا سماق

5 بصلات مفرومة ناعماً

1/2 ملعقة كبيرة بهارات مشكلة

رشة قرفة

رشة فليفلة حمراء مطحونة

كوب جوز مفروم خشناً

طريقة التحضير:

نخلط الطحين مع الخميرة والملح والماء ويعجن ونتركه ليرتاح

ثم نقلي البصل المفروم مع البهارات ونضع اللحم والجوز ونقلبها.

طريقة عمل الزنكل:

نحضر صحن فيه ماء ونبلل اليدين ونقطع العجينة.

نرق كل قطعة على حدة ونضع في داخلها القليل من الحشوة ونطبق العجينة على بعضها ومن ثم نلقي العجينة في الزيت الحامي حتى يشقرّ لونها.

يجب الانتباه عند وضعها في الزيت الحامي والتحريك حتى لا تلتصق العجينة لأنها طرية..

المقادير:

كوبان من الطحين

1/2 ملعقة خميرة

3 باقات سلق

بصلتان

1/2 ملعقة طعام فليفلة حمراء مطحونة

طريقة التحضير:

تحضّر العجينة من الطحين مع الخميرة والماء ورشة ملح مثل عجينة الخبز العادي

نغسل السلق ونفرمه ناعماً ونفرم البصل

ونفرك السلق مع البصل والملح والفليفلة الحمراء

نرق العجينة ونضع داخلها السلق المفروك بالفليفلة والبصل ونخبزها تحت رماد النار

أو في الفرن على درجة حرارة خفيفة (150م).

الحبوب

- 1- أرز مفلفل
- 2- أرز بالشعيرية
- 3- برغل باللحمة
- 4- الحمصية
- 5- الهريسة (حنطية)
- 6- أرز بالبقول الأخضر
- 7- مخلوطة
- 8- فول مدمس (بالزيت)
- 9- حمص
- 10- مجدرة الأرز
- 11- برغل بدفين
- 12- التسقية
- 13- الفلافل
- 14- عدس بحامض-
- 15- برغل بالبندورة
- 16- مجدرة البرغل
- 17- كبسة أرز باللحمة والبادنجان
- 18- أرز بالفرن
- 19- أرز باليقطين
- 20- حمص باللحمة
- 21- أرز بالبندورة
- 22- المنسف
- 23- لبن الجميد





الأرز المفلفل

المقادير:

فتجانان من الأرز

4 فتاجين ماء

ملعقتان من السمنة

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

ينقى الأرز ويغسل بالماء البارد ويصفى

ينقع الأرز مدة نصف ساعة في الماء الساخن مع رشّة ملح

نغلي 4 فتاجين من الماء ونضع الأرز فوقها لمدة دقيقة ثم نغطي القدر ونترك الأرز على نار خفيفة حتى تتشف الماء وينضج الأرز.

نحمي السمنة في مقلاة ونصبها على الأرز ونحرّكه ثم نصبه في الجاط.

الأرز بالشعيرية

المقادير:

كوب أرز

1/2 كوب شعيرية

كوبان ونصف من الماء

3 ملاعق طعام سمنة

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

ينقى الأرز ويغسل بالماء البارد

ينقع في الماء الفاتر مع رشّة ملح مدّة نصف ساعة

يفسل بعدها ويصفى من الماء

نحمّي السمنة في القدر على النار وتوضع الشعيرية وتقلب إلى أن يصبح لونها أحمر غامقاً

يضاف الأرز ويقلب جيداً مع الشعيرية

يضاف كوبان ونصف من الماء المغلي إلى القدر مع الملح

نتركه يغلي مدّة دقيقتين من دون غطاء

ثم نضع غطاء القدر ونتركه على نار خفيفة حتى تتشف الماء وينضج الأرز.

برغل بالحمص

(هذا الطبق معروف ومفضّل جداً في المنطقة الجبلية)

المقادير:

3 كيلو من اللحمة بعظمها منوع من الأضلاع والرقبة والفخذ (من الخروف)

كوبان حمص حب

4 أكواب برغل خشن – ملح حسب الطلب

كوب زيت خريج (زيت زيتون أصلي)

طريقة التحضير:

ينتفع الحمص طوال الليل ويغسل

تسلق اللحمة في الماء مع الملح والحمص

نسحب اللحمة من القدر وتترك جانباً

نتقي البرغل من الشوائب ونضع البرغل في ماء السلق مع الحمص

ونتركه على نار خفيفة مدّة ثلاث أرباع الساعة

نصب البرغل في الصحن ونضيف اللحمة على الوجه

ونصب القليل من الزيت على وجه البرغل.

يقدّم ساخناً

ملحظة: بعض الأشخاص يفضلون السمنة البلدية بدلاً من الزيت

يقدّم مع هذا الطبق البصل الأخضر أو اللين أو الرشاد

يمكن تحضير هذا الطبق مع الدجاج عوضاً عن اللحمة.

الحمصية

المقادير:

كوبان حمص حب

4 بصلات كبيرة مقطّعة أجنحة

3 حبات بطاطا

3 ملاعق طعام سمنة

كيلو لحمة مقطّعة قطعاً صغيرة (أو دجاج مقطّع)

طريقة التحضير:

نتفع الحمص قبل يوم

نضع السمنة في القدر على النار ونحرّر اللحمة المقطعة ثم نضيف البصل ونحرّكه معها ثم البطاطا المقشّرة والمقطّعة مكعبات صغيرة

نضيف الملح والحمص ونقلب جيداً حتى تحمّر اللحمة

نضيف الماء المغلي ليغمرها ونتركها على نار متوسّطة حتى تنضج اللحمة ثم تقدّم إلى جانب البرغل بحمص.



الهريسة (حنطية)

(تتكوّن من القمح الكامل واللحمة)

المقادير:

2 كيلو لحمة عجل صغير

1 كيلو قمح

ماء - ملح حسب الطلب

4 ملاعق كبيرة سمّنة حموية

طريقة التحضير:

ينقع القمح لمدّة 6 ساعات

تغسل اللحمة وتنظّف

نضع اللحمة مع القمح في طنجرة كبيرة الحجم ويضاف إليها الماء والملح.

نتركها على نار هادئة مدّة طويلة حتى تذوب اللحمة مع القمح..

نصب الخليط في قدر من الفخار ونسدّ فوهة القدر بالعجين ندخل الفخار في التّور مدّة 6 ساعات تحت النار الهادئة.

ثم نخرجها من التّور ونحركها بملعقة خشبية طويلة ثم نصب في أطباق صغيرة ويضاف عليها كمية من السمّنة الحموية.

هذا الطبق غني ومعروف في الريف السوري ويطبخ في المناسبات والأعياد أما في الوقت الحاضر تستعمل طنجرة الضغط بدلاً من التّور.

أرز بالفول الأخضر

المقادير:

2 كيلو فول أخضر

نصف كيلو لحمة موزات (لحمة غنم)

كوبان من الأرز - ملح - سبع بهارات

بصلة - 2 ملعقة طعام سمن عربي (السمن الحموي)

200 غ لحمة مفرومة ناعماً

100 غ صنوبر

طريقة التحضير:

يغسل الفول وينظّف ثم نأخذ لب الفول ونرمي القشرة

نقلي الفول في السمّنة ونتركه جانباً

نقطع اللحمة قطعاً صغيرة (رأس عصفور) ونحمّرها في السمّنة ثم نسكب فوقها الماء والملح والبصل والبهار حتى تنضج.

نضع الفول في 4 أكواب من الماء ونتركه يغلي

نغسل الأرز ونسقطه فوق الفول ونحرّكه ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج.

نقلب اللحمة الناعمة بالمسن والصنوبر ونتركها حتى تنضج.

طريقة صب الأرز بالفول

نضع داخل قالب الكاتو اللحمة الناعمة مع الصنوبر ثم نضيف إليها قطع اللحمة المسلوقة ثم نصب الأرز بالفول الأخضر ونكبس بالمعلقة حتى

يتماسك الخليط.

نحضر صينية ونضعها فوق قالب الكاتو ونقلب القالب على الصينية

يقدّم مع هذا الطبق اللبن أو المخلّل أو السلطة.

مخلوطة

المقادير:

كوبان عدس مطحون

فتجان أرز

بصلتان

1/2 ملعقة كمون

نصف كيلو لحمة مفرومة ناعماً

رشة بهار

رشة فلفل أحمر

3 ملاعق سمّنة

طريقة التحضير:

يغسل العدس ونصفيه في القدر

نغسل الأرز ونضعه مع العدس

نصب ماء ونتركه يغلي ثم نجعل النار هادئة حتى ينضج العدس ويذوب في الماء مع الأرز

نحرك المزيج جيداً

نفرم البصل قطعاً صغيرة

نضع السمّنة على النار ونصب البصل ونقلبه حتى يشقّر ثم نضيف اللحمة مع البهار والملح ونقلّبها حتى تنضج.

نضيف نصف كمية اللحمة إلى مزيج العدس مع الأرز ونحرّكه مع كمّية السمّنة الباقية في الوعاء.

نصب المخلوطة في جاط عميق ونصب بقية اللحمة مع البصلة على الوجه ونرش الكمون والفلفل الأحمر لمن يرغب..

يقدّم مع هذا الطبق الفجل والبصل الأخضر والفليفلة الخضراء.

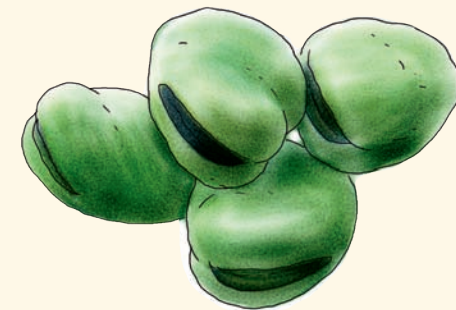
فول مدّس

المقادير:

- كوب ونصف فول يابس حبة صغيرة
- $\frac{3}{4}$ الكوب عصير الليمون الحامض
- حبتان من البندورة
- 3 حصوص ثوم مدقوقة
- زيت زيتون
- $\frac{1}{4}$ ملعقة كمون
- 5 عروق بقدونس مفروم للزينة
- ملح

طريقة التحضير:

ينقع الفول بعد تنقية ليلة كاملة
يوضع في القدر مع الماء ويسلق حتى ينضج.
نصب عصير الليمون مع رشّة الكمون والثوم المدقوق
ونضع الفول المسلوق فوقه ونحرّكه ثم نصبّ زيت الزيتون على الوجه ونضع البقدونس
ونقطع البندورة قطعاً صغيرة ونضيفها إليه..
يقدم إلى جانب هذا الصحن البصل الأخضر او الياض والرشاد - الطرخون- والتعناع الأخضر.
نستطيع أن نضيف 3 ملاعق طحينة إلى الليمون ونخفقها معه ونضع الفول ويسمّى فول بالطحينة.



حمص

المقادير:

- 3 أكواب حمص يابس
- ملعقتان صغيرتان من الملح
- 5 حصوص ثوم مدقوقة
- 1 كوب عصير ليمون حامض
- $\frac{3}{4}$ كوب طحينة
- باقة بققدونس مفرومة ناعماً
- رشة كمون – رشاد – فليفلة حمراء مطحونة
- زيت زيتون

طريقة التحضير:

ينقى الحمص من الشوائب ويغسل وينقع في الماء طوال الليل
يسلق في الماء حتى ينضج وتزال الرغوة عن وجهه
نطحن الحمص بالطاحونة اليدوية
ثم نخلط الثوم المدقوق والملح وعصير الليمون الحامض مع الطحينة
ثم نضيف الحمص ونحركه بالشوكة حتى يتماسك مع بعضه
إذا كان الخليط جامداً نضيف 3-4 ملاعق ماء.
نصب الحمص في الجاط ونرش عليه الكمون بشكل خطين على الطول والعرض ثم نرش الفليفلة ونصب زيت الزيتون ونرش القليل من البقدونس المفروم.





مجدرة الأرز

المقادير:

كوبان من الأرز

كوب عدس صحيح

3 ملاعق كبيرة سمنة

3 بصلات

ملح

طريقة التحضير:

نتقع الأرز في الماء الساخن مع رشّة ملح مدّة نصف ساعة

نضع العدس بعد أن ننقيّه من الشوائب ونضع الماء فوقه ونغسله

ثم نصب فوقه الماء ونسلقه إلى أن يقترب من النضوج

نغسل الأرز ونصبه فوق العدس

ونترك الماء فوق الأرز قدر 1 سنتم ونجعل النار هادئة إلى أن ينضج الأرز مع العدس

نقطع البصل أجنحة ونقلبها في السمنة إلى أن تحمّر

نصب السمنة المقلية على المجدرة ونحرّكها

ونصب المجدرة في جاط ونزيّنها بالبصل المقلي

يقدّم مع هذا الطبق اللبن أو السلطة أو المخلل.

برغل بدفير

المقادير:

دجاجة واحدة

كوب ونصف برغل خشن

كوبان حمص

6 بصلات

¼ ملعقة قرفة

½ ملعقة بهار

½ كوب سمنة

½ كوب زيت زيتون

ملح

طريقة التحضير:

ينتقع الحمص طوال الليل ثم يغسل ويسلق مدّة 10 دقائق

نضع الزيت على النار ونقلي قطع الدجاج حتى تحمر. ونقليه مع البصل والحمص بعد تصفيته من الماء

نضع ماء ساخناً لتغمر المواد ونتركها على نار خفيفة مدة نصف ساعة

نضع السمنة في قدر ونحمّيها ثم نضيف البرغل ونحمصه مدّة خمس دقائق

نصب فوق البرغل 4 أكواب من ماء الدجاج ونتركها على نار خفيفة حتى تتشف ماؤه وينضج..

يزيّن طبق البرغل بالدجاج والبصل والحمص.

يقدّم مع هذا الطبق مخلل وخيار بلبن وسلطة.

النسفة

المقادير:

400 غرام حمص

4 ملاعق كبيرة سمنة

ملح- فليفلة حمراء مطحونة- ½ ملعقة صغيرة

6 حصوص ثوم

باقة بقدونس

200 غرام صنوبر

ربع كيلو لبن

4 أرغفة خبز

طريقة التحضير:

ينتقع الحمص مدّة 12 ساعة ثم يغسل ويسلق في الماء مع الملح والثوم المدقوق

نقطع الخبز ونحمّره في الفرن أو نقلّبه في السمنة.

ونضعه في صحن ونصب فوقه مرقّة سلق الحمص والحمص معاً

نخفق اللبن مع الثوم المدقوق ونصبه فوق الحمص

نحמי السمنة ونحمّر الصنوبر ونصبّه فوق الطبق..

نزيّن بالبقدونس والفليفلة الحمراء

يقدّم مع هذا الطبق البصل الأخضر والمخلّل والطرخون.

(يعتبر هذا الطبق شعبياً في بلاد الشام)

الفلافل (الطعمية)

المقادير:

- كوبان حمص يابس
- كوبان فول مقشر يابس
- 5 حصوص ثوم
- باقة من الكزبرة الخضراء
- باقة من البقدونس
- 6 بصلات
- $\frac{1}{2}$ باقة نعناع أخضر
- ملعقة صغيرة كمون مطحون
- 4 ملاعق طحين
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة كزبرة يابسة
- ملعقة صغيرة من الكربونات
- 4 ملاعق صغيرة من الباكينغ باودر
- ملعقة كبيرة من الملح
- 6 أكواب زيت نباتي للقلي

طريقة التحضير:

ينقى الفول والحمص وينقعان مدّة 16 ساعة ثم نصفّيهما جيداً من الماء. نفرم البصل والثوم، ونفرم النعناع والكزبرة ونغسلها جيداً ونصفيها. تضاف جميع التوابل إلى الفول والحمص والبصل وجميع البهارات وتطحن في ماكينة الكبة ثلاث مرات إلى أن يصبح لدينا عجينة طرية. نضيف الباكينغ باودر والكربونات ونخلط جيداً ونترك المزيج يرتاح لمدة ساعتين ثم يعجن مرة ثانية. نستعمل قالباً خاص للفلافل أو ملعقة ونبل بالماء بعد كل قرص نحمي الزيت ونقلّي الأقراص حتى يصبح لونها ذهبياً وأشقر. نجهز إلى جانب الفلافل، البندورة والنعناع، أو سلطة البقدونس مع الطحينة أو الطرطور.

عمل الطرطور:

- 3 ملاعق عصير ليمون
 - 6 ملاعق طحينة
 - كوب ماء
 - رشة ملح
 - 6 عروق بقدونس
- نخلط الماء مع العجينة والليمون والملح ونحرك ثم نضيف البقدونس المفروم.





عدس بحامض

المقادير:

كوبان عدس أصفر مجروش
كوبان ماء حصرم (أو عصير ليمون)
½ كوب زيت الزيتون
10 حصوص ثوم
ملح - ماء

طريقة التحضير:

يغسل العدس وينقى ويوضع في القدر مع 8 أكواب ماء ويترك على نار خفيفة من دون غطاء حتى يغلي وتنزع القشوة البيضاء كلما ظهرت بالكفكير. عندما يغلي نضع الغطاء ونترك العدس على النار حتى يذوب مع الماء ويصبح متجانساً مثل الشورية نضع ماء الحصرم ونحرّكه ونترك القدر من دون غطاء ندق 6 حصوص ثوم مع الملح ونضيفه مع الملح إلى الخليط ونحرّكه جيداً. نسخن الزيت الزيتون ونضع حص ثوم ونقلبه ثم نصبه على العدس بحامض. يقدم معه خبز محمص وبصل أخضر.

برغل بالبندورة

المقادير:

كوبان برغل خشن
1 كيلو بندورة
ملعقة صغيرة رب الفليفلة
بصلتان مفرومتان أجنحة
حصان ثوم
ملح
½ كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نغسل البرغل ونصفّيه نقشر البندورة ونرمي بذورها ثم نقطعها قطعاً صغيرة نضع الزيت في القدر ونقلب فيه البصل حتى يصفرّ نضيف الثوم المدقوق وملعقة رب الفليفلة ونحرك ثم نضيف البندورة ونحرّكها ونضع 4 اكواب ماء ونتركها حتى يغلي. نضيف البرغل ونحرّكه ونتركه على نار خفيفة حتى ينضج.



مجدرة البرغل

المقادير:

كوبان برغل خشن

كوبان عدس

4 بصلتان

كوب زيت زيتون

ملح

ماء

طريقة التحضير:

نغسل العدس جيداً ونضعه مع الماء على نار حتى ينضج قليلاً ثم نغسل البرغل ونضعه فوق العدس مع الملح حتى ينضج البرغل

نقشر البصل ونقطّعه أجنحة

نضع الزيت على النار ونقلب البصل حتى يشقّر

نصب المجدرة في الجاط ونصب فوقها الزيت ونزيّنها بالبصل.

يقدّم مع هذا الطبق المخلّل والسلطة.

كبة أرز باللحمة والبادنجان

المقادير:

كوبان من الأرز

كيلو لحمة هبرة من دون عظم قطعة واحدة

نصف كيلو بادنجان

4 بصلات- 100 غرام صنوبر

5 حبات بندورة

ملح لسلطة الأرز

½ ملعقة هال- حبتان ليمون حامض أسود

ملعقة صغير سماق

3 حصوص ثوم مدقوق

ورقتا غار- ملعقة طعام عصير الليمون

ملعقة طعام خل

3 ملاعق طعام زيت الزيتون

طريقة التحضير:

نقشر البصل ونقطعه دوائر وكذلك البندورة

نصب عصير الليمون والخل على اللحمة والسماق والبهار وورق الغار والثوم المدقوق والملح وزيت الزيتون ونحرك جيداً ونتركه في البراد مدّة ساعة.

نغسل البادنجان ونقشره ونقطعه دوائر ونشويه في الفرن.

نغسل الأرز ونضيف له الصنوبر والليمون الأسود.

نسلق اللحمة وبعد أن يتضج نصفيه ونضيف فوقه البادنجان.

نضيف البصل فوقه ثم البندورة ثم نضع الأرز وعليه ماء السلق

ونطبخه حتى ينضج.

تقدّم مع هذا الطبق السلطة.

الأرز بالفرن

المقادير:

- كيلو أرز
- باقة بقდونس
- 3 حبات بندورة
- حصان ثوم
- 3 حبات بطاطا
- 4 بيضات
- ملح - فلفل أسود
- زيت
- 100 غ من جبن الماعز المبشور

طريقة التحضير:

نقطع البندورة بعد غسلها إلى نصفين ونرمي البذور ونقطعها قطعاً صغيرة
نغسل البقدونس ونفرمه ناعماً
ندق الثوم مع الملح
نقشر البطاطا ونقطعها قطعاً
نخفق البيض مع البهار والملح
نحضر صينية معدة للفرن ونصب فيها الأرز وجميع المكونات مع الملح والبهار
ونضيف 5 ملاعق زيت و5 أكواب من الماء.
ونضع الصينية في الفرن لمدة 45 دقيقة على درجة حرارة (180م) حتى ينضج الأرز
يقدم ساخناً.

نضيف اللحم مع اللوز والسمنة المقلية في وسط صحن الحمص.



أرز باليفطين

المقادير:

ربع كيلو أرز

عدد 1 يقطين أصفر (قرع شتوي)

60 غرام سمّنة

ملح

طريقة التحضير:

نغسل اليقطين ونقطعه قطعاً صغيرة ونأخذ مقدار 4 أكواب منه

نضع في قدر الماء والملح ونتركها تغلي ثم نسقط اليقطين ونتركه يغلي معها

وعندما تبدأ بالغليان نسقط الأرز بحيث يكون الماء مقدار (10 سنتم)

ونبعد المزيج عن النار ونضيف السمّنة بعد أن ندوبها على النار.

ملحظة: يمكن تقديم الجبنة المقطّعة إلى شرائح رقيقة مع الطبق حسب الرغبة..

المقادير:

كوبان حمص يابس

½ كوب طحينة

3 ملاعق طعام عصير الليمون

حصان ثوم

250 غرام لحمة هبرة مفرومة ناعماً

بهار منوع

ملح - رشّة كمون

3 ملاعق طعام لوز مقشور

3 ملاعق طعام من السمّنة

طريقة التحضير:

ينقع الحمص طوال الليل ثم يغسل ويسلق في الماء حتى ينضج

نستعمل الشوبك فوق الحمص لنتخلّص من القشور

ننزع القشور كلها ثم نغسله

نطحن الحمص مع الملح ونضيف الثوم المدقوق والمطحون

نضيف الطحينة والليمون الحامض والقليل من الماء حتى يصبح شبيهاً باللبنة

نصب الحمص في جاط ونتركه جانباً

ثم نغلي اللحمة مع السمّنة ونتركها حتى تنضج

نحمر اللوز ونضيفه إلى اللحمة مع رشّة بهار ورشة كمون

حمص باللحمة



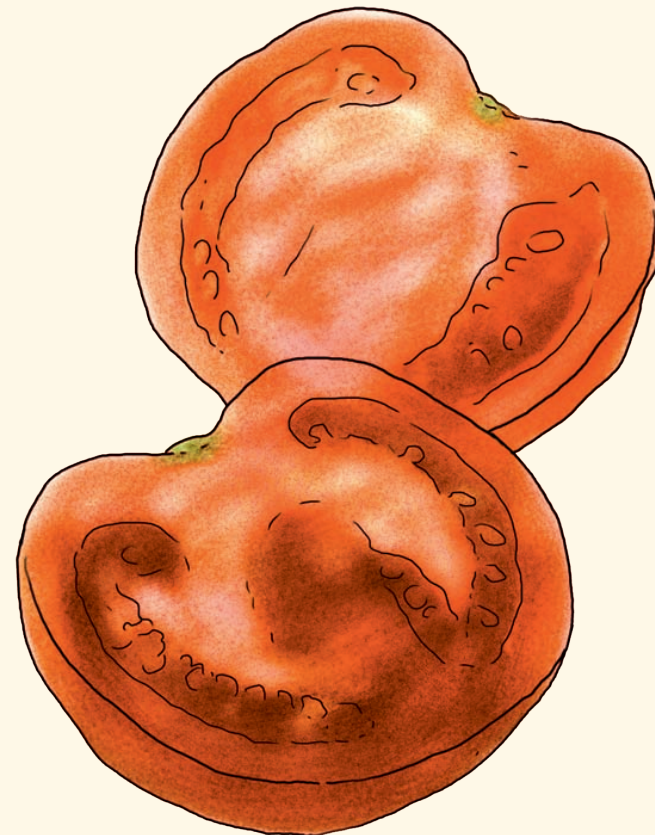
أرز بالبندورة

المقادير:

كوبان ونصف أرز
 $\frac{3}{4}$ الكوب من السمنة البلدية
 كيلو ونصف بندورة
 3 بصلات
 ملح
 رشة بهار مشكل

طريقة التحضير:

نفرم البصل ناعماً
 نغسل البندورة ونقشرها وننزع بذورها ثم نقطعها قطعاً صغيرة
 نضع السمنة في قدر على النار ونضع البصل ونقلبه حتى يصفرّ
 نضع البندورة فوق البصل مع الملح والبهار ونقلبها ثم نضيف الأرز ونقلبه معها
 نسكب 4 أكواب ماء مغلي فوق الأرز ونتركه مدّة خمس دقائق
 بعد أن يغلي نخفّف الحرارة ونتركه 30 دقيقة حتى ينضج..



لبن الجميد

يوضع حليب الغنم في الإناء وتتمّ عملية ترويب اللبن (أي تحضيره)
 عندما نحصل على اللبن، يوضع في آلة لخصّه وفصل الزبدة عن اللبن الحامض (الشنينة)
 نأخذ اللبن الحامض (الشنينة) ويتمّ تسخينه حتى يتمّ فصل اللبن عن اللبن ويوضع في قطعة قماش نظيفة حتى يتمّ فصل المصل بشكل كامل.
 يصبح المزيج صلباً.

نضيف إليه الملح ونتركه مدّة 24 ساعة تقريباً

تخرجه بعد ذلك من قطعة القماش
 نقطعه كرات ونضعه تحت أشعة الشمس لمدّة يومين أو ثلاث أيام حتى يجفّ تماماً.
 يمكن حفظ الجميد لفترة طويلة.

عند الاستعمال، نفرك الكرات ونضيف إليها الماء فتتحوّل إلى سائل مرة أخرى.
 ملاحظة: يعرف هذا الصنف عند البدو وهو مشهور في بلاد الشام.

المنسف

المقادير:

كيلو ونصف من الأرز البسماتي
 كوب من السمنة
 ماء ساخن
 ملح حسب الرغبة
 نصف كيلو لبن الجميد
 نصف ملعقة طعام كركم
 2 كيلو لحمة غنم
 بيضة واحدة
 ملعقة طعام طحين
 بصلة واحدة
 رغيفان خبز شراك (خبز صاج)
 100 غرام لوز
 200 غرام صنوبر
 باقة بقدونس مفروم

طريقة التحضير:

ينقع لبن الجميد لمدّة 24 ساعة في الماء الساخن
 ينقع الأرز لمدّة ساعة في الماء الساخن
 نسخن السمنة ونضيف الأرز بعد غسله والملح ونقلّي الأرز في السمنة
 يضاف الماء الساخن حتى يغمر الأرز وفوقه 2 سنتم أعلى من مستوى الأرز.
 نترك الوعاء على نار قوية مدة 5 دقائق، ثم نخفّف النار حتى ينضج الأرز.
 نصفي الماء عن الجميد ويوضع في الخلاط مع ليتر ونصف من الماء وبيضة
 ويخفق لمدّة 6 10- دقائق.
 نقلّي البصلة في السمنة ثم نضيفها إلى اللبن (الجميد الرائب) ويستمر التحريك حتى يغلي،
 ثم يضاف الكركم ويحرّك.
 في هذه الأثناء نكون قد سلقنا اللحمة. وبعد نضوجها تصفى من الماء وتوضع فوق اللبن.

كيفية التقديم :

يقطع الخبز ويوضع في صينية متوسّطة الحجم. ويوضع فوقها القليل من اللبن، ثم يوضع الأرز المطبوخ وقطع اللحمة بعد أن تسحب من اللبن.
 يرش الصنوبر المحمص واللوز المحمص على اللحمة ثم البقدونس.
 ونصب قليلاً من اللبن الجميد.

الأسماك

(1) سمك بالفرن

(2) سمك مشوي

(3) سمك محمرة

(4) سمكة طاجن

(5) سمك سلطان إبراهيم

(6) سمك السول المقلي بالزبدة

(7) سمك الترويت المشوي

(8) سمكة حرة

(9) صيادية

(10) القريدس

(11) كفتة السمك

(12) سمك السلمون بصلصة الكزبرة





سمك بالفرن

المقادير:

- كيلو سمك
- ربع كوب زيت زيتون
- حبتان ليمون حامض
- نصف باقة بققدونس
- 4 حبات بطاطا
- 8 حصوص ثوم
- ملعقة كبيرة ملح
- $\frac{1}{2}$ ملعقة كبيرة كمون
- ملعقة صغيرة كزبرة يابسة
- $\frac{1}{4}$ ملعقة بهار
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة فليفلة حمراء
- 4 ملاعق طحين

طريقة التحضير:

يغسل السمك ويقطع
 تفرك السمك بالطحين والملح وتغسله
 يقشر الثوم ويدق مع الملح والبهار والكمون والفليفلة والكزبرة ونضيف الزيت
 يوضع الخليط مع عصير الليمون وتقلب قطع السمك داخله ونتركه مدّة أقلها ساعتين.
 ثم نأخذ قطع السمك ونقلبها بالطحين ونقلبها في الزيت الحامي مدّة خمس دقائق فقط
 بعد القلي نضع قطع السمك في صينية معدّة للفرن
 نقطع البطاطا بعد تقشيرها قطعاً دائرية وتضاف إلى السمك في الصينية
 ونرش الصلصة التي حضرناها للسمك فوقها مع نصف كوب ماء
 نضع الصينية في الفرن لمدة ساعة تقريباً حتى يصبح لون البطاطا ذهبياً وينضج السمك
 نرش فوق الصينية بعد إخراجها من الفرن البقدونس المفروم
 نقدّم مع هذا الطبق الليمون المقطّع شرائح والسلطة.



سمك مشوي

المقادير:

2 كيلو سمك قياس كبير

نصف كيلو ليمون حامض

4 ملاعق طعام زيت زيتون

¹⁄2 ملعقة ملح

¹⁄2 ملعقة صغيرة بهار أسود

3 ملاعق كبيرة طحين (يستعمل الطحين لفرك السمك بعد الغسيل)

طريقة التحضير:

يغسل السمك جيداً من الداخل والخارج وذلك بعد تنظيفه من الحراشف

يدهن السمك بالزيت من قلبه وسطحه وذلك باستعمال الفرشاة

يجرح السمك بالسكين بالعرض من الوجهين

نرش الملح والبهار عليه

يوضع بالصينية في الفرن ويترك لمدة ساعة.

ويستحسن أن يشوى على الفحم ويدهن بالزيت بين الحين والآخر حتى ينضج.

سمكة ملهّرة

المقادير:

سمكة كبيرة

قطعة زنجبيل مقطّعة شرائح

بصل أخضر شرائح

حبّتا ليمون مقطعتان شرائح

حبّتا فليفلة خضراء

ملعقتان زيت زيتون

6 حصوص ثوم مفرومة قطع

نصف ملعقة فلفل أسود

طريقة التحضير:

نصبّ كوب من الماء في قاع القدر ثم نضع الزنجبيل والبصل والليمون ونغطّي القدر ونترك الخليط يغلي

ثم نضع السمكة ونغطّي القدر ونتركه على النار مدة 25 دقيقة..

نقطّع الفليفلة الحمراء والبصل شرائح طويلة ونحضّر الصلصة

نحمّر الثوم في الزيت ثم نضيف الفلفل الأسود والأحمر والبصل

ونترك الخليط على نار متوسّطة لمدة ثلاث دقائق..

نرفع السمكة من القدر ونضعها في طبق التقديم ثم نصبّ الخليط فوقها.

المقادير:

1 كيلو سمك لقز

³⁄4 الكوب طحينة

7 بصلات مقطّعة جوانح

¹⁄2 كوب عصير أبو صفير

¹⁄2 كوب عصير الليمون الحامض

¹⁄2 ملعقة خل

كوب ماء- ملعقةتان كبيرتان طحين

¹⁄2 ملعقة كبيرة كمون

¹⁄2 ملعقة صغيرة بهار

¹⁄2 ملعقة كزبرة مطحونة

¹⁄2 ملعقة صغيرة فليفلة حمراء مطحونة

كوبان من الزيت للقلي

100 غرام صنوبر- 200 غرام جوز مدقوق

طريقة التحضير:

تنظّف السمك جيداً ثم نرشّ البهار والفليفلة والكمون والكزبرة مع الملح على السمك وندهنه بالبهارات من الداخل والخارج وندلكّه بالطحين.

نضع الزيت على النار ونحمّر السمكة ثم نرفعها ونضعها جانباً.

نقشّر البصل ونقطعه جوانح ونقلّبه في الزيت حتى يذبل..

نخلط الطحينة بالحامض والخل والملح والماء ثم نضيف البصل المقلي إلى خليط الطحينة. ثم نضعه على النار ونحرّك باستمرار حتى يغلي ونضع

الجوز المدقوق.

توضع السمكة في صينية ونصب فوقها المزيج ونضعها في الفرن مدة 30 دقيقة على درجة حرارة (300 م) نقلي الصنوبر ونزيّن وجه السمكة به.

نقدّم هذا الطبق ساخناً.



سمك سلطان إبراهيم

المقادير:

كيلو سمك

كوب من الطحين

ملعقة كبيرة ملح

$\frac{1}{2}$ ملعقة بهار مشكل

3 أكواب زيت زيتون (أو نباتي) حسب الرغبة

3 حبات ليمون حامض

3 حصوص ثوم

$\frac{1}{2}$ باقة بقدونس

طريقة التحضير:

يبرش السمك وينظّف من الحراشف ثم يغسل ويفتح بالطول وينظّف من الداخل

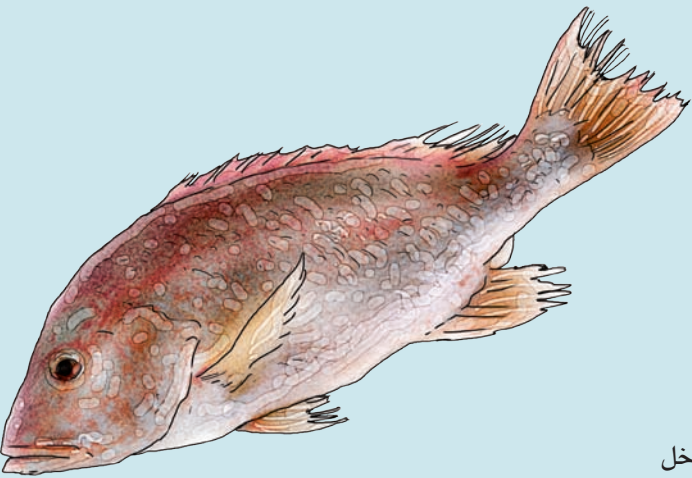
يغسل جيداً ويرش الملح عليه

نخلط الطحين بالبهار ونغطس كل سمكة من الوجهين بالطحين.

نحمي زيت الزيتون في مقلاة ونضع كل 3 سمكات مع بعضها ونقلبها حتى تحمّر وتتضج.

نضع عصير الليمون في طبق خاص ونضيف إليه الثوم المدقوق والبقدونس المفروم ناعماً والقليل من زيت الزيتون مع رشّة كمون.

يقدّم هذا الطبق إلى جانب السمك مع السلطة والبصل الأخضر.



سمك السول المفلي في الزبدة

المقادير:

6-10 شرائح من سمك السول

4 ملاعق طعام زبدة

كوب حليب

4 ملاعق طعام طحين- ملح

طريقة التحضير:

نتقّع السمك في الحليب مدة ربع ساعة

ثم نسحبه من الحليب ونغطسه في الطحين والملح

نضع الزبدة في طوابة ونضع شريحة في الزبدة ونقلبها على الوجهين وهكذا حتى تنتهي الشرائح.

يقدّم ساخناً مع شرائح الليمون.

سمك الثرويت المشوي

المقادير:

6 سمكات من الثرويت

$\frac{1}{4}$ كوب من زيت الزيتون

ملعقتان صغيرتان من الملح

ملعقة صغيرة بهار (سبع بهارات)

رشّة فليفلة حمراء مطحونة

رشّة كمون

طريقة التحضير:

يغسل السمك جيداً بعد تنظيفه من الحراشف من داخله ومن أحشائه

ثم يرشّ عليه الملح ويترك في مصفاة ليصفى من الماء.

نضع الملح مع الكمون والبهار والفليفلة وعصير الليمون ونخلطها جيداً مع زيت الزيتون

نجرح السمكة بالعرض بالسكين من الوجهين

نغط الفرشاة في خليط الزيت وندهن السمك بفرشاة خاصة

ونضعه على نار الفحم وبين الحين والآخر ندهن السمك ونقلبه على النار حتى ينضج

يقدّم السمك مع صحن المحمرة والكبة النية أو الكبة المقلية والسلطة.



سمكة حرة

المقادير:

2 كيلو سمكة كبيرة لقز

½ كوب زيت زيتون

5 حصوص ثوم

200 غرام صنوبر

كزبرة يابسة ملعقة طعام

½ ملعقة صغيرة كمون

½ ملعقة صغيرة فليفلة حمراء

½ كوب عصير الليمون

قرن فليفلة حمراء حرة - 2 ملعقة طعام رب البندورة

باقة كزبرة خضراء -

ورقتا غار

طريقة التحضير:

ننظف السمكة من الداخل والخارج ونفركها بالملح والبهار ونضع داخلها الغار.

نقلي السمكة في الزيت ونقلبها حتى تحمرّ.

نقلي الثوم المدقوق مع الكزبرة اليابسة والبهار والفليفلة الحمراء والكزبرة الخضراء وقرن الفليفلة الحرة المفرومة ونتركها في القدر..

نضع السمكة في جاط بيركس ونضع المواد المقلية فوق السمكة ونضيف الليمون وكوب ماء ونضعها في الفرن لمدة نصف ساعة.

ثم نرشّ البقدونس والصنوبر المقلي على الوجه.





صياديّة

المقادير:

1500 غرام سمك متوسط الحجم عدد 2

3 أكواب أرز

4 حبات بصل كبير الحجم

كوب زيت نباتي

ملعقتان صغيرتان ملح خشن

ملعقة صغيرة بهار (مكون من 7 بهارات)

ملعقة كمون- 100 غ صنوبر- 100 غ لوز

3 حبات ليمون

طريقة التحضير:

يقطع السمك قطعاً صغيرة ثم نضيف إليه الملح والكمون والبهار وعصير الليمون ويترك لمدة 3 ساعات. نقلي الصنوبر ثم اللوز ونتركه جانباً.

نقطع البصل شرائح ويقلّب في الزيت إلى أن يصبح لونه بنياً غامقاً.

توضع شرائح البصل في الخلاط ويضاف إليها الماء المغلي ونضيف ملعقة من الملح وكمية قليلة من الكمون والبهارات.

يغسل الأرز ويصفى ثم يضاف إلى البصل بحيث يكون الماء فوق الأرز 2 1/2 سنتم. نضع غطاء الطنجرة ويترك على نار هادئة لمدة 40 دقيقة.

نقلي السمك في الزيت على نار حامية ونحمّره من الوجهين.

ثم نضع السمك فوق الأرز ونرش القلوبات.



الفريدر

المقادير:

كيلو قريدر

كيلو بصل يابس أحمر

ملح

3 بيضات مخفوقة

بهار منوع

3 ملاعق حليب

كوب زيت زيتون للقلي

ملح

ملعقة صغيرة من البهار

رشة فليفلة حمراء

كوب من الكعك المدقوق

طريقة التحضير:

يغسل القريدر ويوضع في قدر ماء ويوضع البصل بقشره بعد الغسل في القدر

نتركه حتى يغلي مدّة 10 دقائق

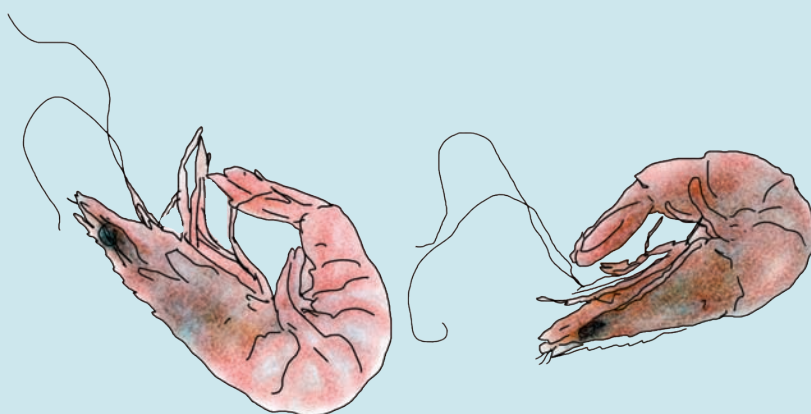
نقشّر القريدر ويسحب الخيط الأسود منه

نخلط البيض مع الحليب والبهار والفليفلة الحمراء والملح وننقعه مدّة ربع ساعة

ثم نغطه في الكعك المدقوق من جميع الجهات

نضع الزيت في المقلاة ونتركه حتى يجمى ثم نضع القريدر على وجبات ونقلبه من جميع الجهات

نرفعه بالكفكير للتخلّص من الزيت..





كفتة السمك

المقادير:

نصف كيلو من السمك

4 حبات بطاطا

ملعقتان من الزبدة

بيضتان

1/2 كوب عصير ليمون

رشة بهار منوع (7 بهارات)

رشة قرفة + 3 أعواد قرفة + 4 حبات هال + بصلة

كوب زيت زيتون للقلي

حصان من الثوم مدقوقان

طريقة التحضير:

نضع السمك مع الماء والقرفة العود والهال والبصلة ونسلقه

نتركه حتى يبرد

نسلق البطاطا ونقشّرها ونهرسها بالشوكة

نفرم السمك فرماً ناعماً ونضيف له الزبدة والبطاطا المهروسة

نحرك جميع هذه المقادير ونخفقها ثم نضيف الملح والبهار والقرفة والبقدونس بعد فرمه ناعماً

نحضر رف خشبي ونضع رشة طحين ونأخذ كمية من مزيج السمك ونجعله قرصاً ثم نغطسه في البيض المخفوق ثم في الكعك المدقوق.

ونحمي الزيت ونقلي الأقراص ونتركها حتى تحمر.

نصفّيها من الزيت ونحضّر صحناً فيه عصير الليمون مع الثوم ونغطس الأقراص في الحامض ونضعها في طبق.

سمك السلمون بصلصة الكزبرة

المقادير:

فيليه سلمون وزنها نصف كيلو

1/4 كيلو زبدة

باقية كزبرة خضراء مفرومة ناعماً

1/2 فتجان قشرة ليمون

1/2 ملعقة صغيرة ملح

1/2 ملعقة كمون مطحونة

1/2 فتجان عصير الليمون

طريقة التحضير:

نسخن الفرن على درجة 300 م

نخلط الكزبرة مع الزبدة وقشرة الليمون ونضعها في البراد بعد تغطيتها

نقطع السمك 5 قطع

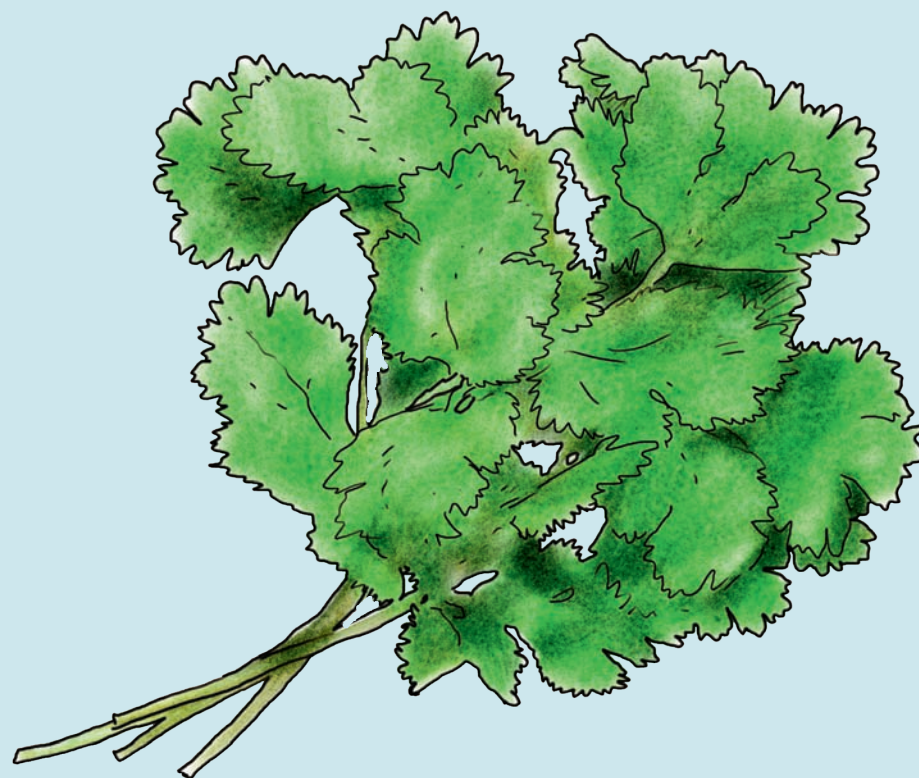
نرش الملح والكمون ثم عصير الليمون

ونضعه في الفرن ونشويه من دون غطاء.

نضع كل قطعة من سمك السلمون في خليط الكزبرة

ثم نقدّمه للطعام

يقدم مع هذا الطبق الأرز المفلفل.



الدجاج والطيور



- 1- أفروج محشي
- 2- أجنحة دجاج مشوية
- 3- الدجاج بالزعر البليدي
- 4- الدجاج الملوكي
- 5- ديك هندي
- 6- صدور دجاج محشية
- 7- كستلته الدجاج
- 8- المسخن
- 9- مغربية
- 10- أوزي الدجاج مع الأرز
- 11- دجاج مع بطاطا بالفرن
- 12- دجاج بالزعفران
- 13- الحمام المحشي بالفريكة
- 14- كبدة الدجاج
- 15- البط مع الفطر
- 16- الحمام مع الزيتون
- 17- العصافير
- 18- مقلوبة الباذنجان بالدجاج
- 19- دجاج مشوي مع الفريك (طبق ريفي)





فروج ملشي

المقادير:

دجاجة كاملة

كوب أرز بسماتي

البهارات (بهار مشكل - نصف ملعقة قرفة مطحونة - عود قرفة - ورقة غار - ملح)

100 غرام لوز

100 غرام صنوبر

50 غراماً فستق حليبي

طريقة التحضير:

تغسل الدجاجة بالماء البارد ثم تملّح

نسلق الدجاجة مدة ربع ساعة مع الفار وعود القرفة

ثم نغسل الأرز بالماء وننقع مدّة نصف ساعة مع الماء الساخن ورشة ملح

نحمّص اللوز بعد تقشير

نحمّص الصنوبر

نسلق الفستق ونقشره ونحمّصه

نضع الأرز فوق ماء الدجاج ونضع معه البهارات (مقدار كوبين من ماء الدجاج)

وعندما ينضج نخلط معه القلوبات المحمصة ونحشي الدجاجة ونخيّطها من مكان الفتحة ونضعها في جاط عميق مع كوب من ماء الدجاج

نضعها في الفرن بعد أن نغطّيها بورق الفرن

وعندما تنضج الدجاجة نرفع الفطاء ونتركها تتحمّر.

يقدم مع هذا الطبق خيار باللبن أو السلطة.





أجنحة دجاج مشوية

المقادير:

- ملعقتان كبيرتان زيت زيتون
- 12 قطعة أجنحة دجاج
- $\frac{1}{2}$ ملعقة طعام لبن
- $\frac{1}{2}$ ملعقة طعام صغيرة كمّون
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة كزبرة يابسة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة فليفلة حمراء مطحونة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة بهار
- ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نخلط جميع المكونات ونضع أجنحة الدجاج ونحرّكها جيداً مع الزيت مدّة ساعة ثم نشويها على نار الفحم ونقلب الجناح أثناء الشوي حتى يحمرّ وينضج. يقدّم هذا الطبق مع السلطة أو الفتوش.

الدجاج بالزعتر البلدي

المقادير:

- 4 أكواب زعتر بلدي
- دجاجتان مقطعتان قطعاً صغيرة
- كوبان زيت زيتون
- 12 حصّ ثوم مدقوقة بالملح
- ملعقة ملح

طريقة التحضير:

نغسل الدجاج بالماء البارد نضيف الملح ونتركه في مصفاة لمدّة ربع ساعة نضع الزعتر في القدر ونضعه على نار قوية نقلي قطع الدجاج ونضع عليها الثوم المدقوق. وبعد أن ينضج نضيف الزعتر والليمون ونتركها على نار هادئة مدّة ساعة ونصف الساعة. يقدّم إلى جانب هذا الطبق المخّل والسلطة.





الدجاج الملوكي

المقادير:

نصف كيلو صدر دجاج من دون عظم

بصلة كبيرة

حبتان من الفليفلة الحمراء

نصف كيلو فطر طازج

جزرتان

رشة كمون

رشة بهار

رشة كزبرة مطحونة

رشة قرفة

رشة فليفلة حمراء

¼ ملعقة سكر

ربع كوب زيت زيتون

ملعقة طعام رب بندورة

3 ملاعق كبيرة قشطة

ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

نبلل صدور الدجاج بالملح

نقطع الدجاج إلى أصابع رقيقة ونبل بالزيت والفليفلة والكمون والبهار ونتركها مدّة ساعة

نقطع الجزر والفليفلة الحمراء والفطر إلى شرائح طويلة مثل الدجاج.

نقلي البصل في الزيت على حرارة متوسّطة ويضاف الدجاج ويقلب مع التحريك حتى يتغيّر لونه ويحمرّ.

يضاف الجزر والفطر ويقلّب لمدة خمس دقائق ثم يضاف القليل من الماء (حوالي الكوب) ويترك في القدر على النار حتى ينضج الدجاج تماماً.

تضاف القشطة ويحرّك ويقدّم الطبق مع الأرز المفلفل.

المقادير:

ديك رومي (حبش) 4000 غرام

5 أكواب أرز

فستق حليبي

4 ملاعق طعام صنوبر

4 ملاعق طعام كبيرة لوز

5 ملاعق طعام

ملعقة بهار (سبع بهارات)

½ ملعقة قرفة مطحونة

كيلو لبن

5 ملاعق طعام سمنة

فروج وزنه كيلو

½ ملعقة صغيرة هال مطحون

رشة جوزة الطيب

كيلو لحمة مفرومة ناعماً

طريقة التحضير:

نغسل الديك جيداً من الداخل والخارج وتنظّفه من الأحشاء

نضع في جاط اللبن والبهار والقرفة والملح والهال

نضع الديك في صينية كبيرة وعميقة وندهنه من الداخل والخارج باللبن والبهارات.

نضع كوبين في الصينية وندهن الديك بطبقة من اللبن سماكتها (2 سنتم)

نحمي الفرن على درجة حرارة 200 م ونغطّي الصينية بورق الألومنيوم بشكل محكم ونتركها مدّة ساعتين.

في هذه الأثناء نسلق الدجاج بعد تنظيفها مع البهارات والماء ونتركها حتى تنضج.

نحمّص قلوبات الصنوبر واللوز بعد ذلك، والفسّق أيضاً بعد سلقه وتقشيره.

نضع اللحمة المفرومة مع البهارات على النار حتى تنضج.

نخلط القليل من القلوبات مع اللحمة المقلية ونتركها جانباً

نأخذ ماء سلق الدجاجة ونطبخ الأرز

نكشف عن الديك ونقلبه ونتركه في الفرن حتى ينضج ونضيف الماء إذا نقصت عند نضوجه ونطفئ الفرن..

نخلط الأرز المطبوخ مع اللحمة والقلوبات ونحشي الديك ونضعه في صينية ثانية وندهنه بالسمنة ندخله الفرن من دون غطاء مدّة نصف ساعة..

نصب بقية الأرز في الجاط ونزيّنه بالقلوبات ونقدّم الديك إلى جانبه.

يقدّم مع هذا الطبق اللبن والسلطة.

ديك هندي



صدر دجاج مشية

المقادير:

6 صدور دجاج من دون جلد

كوبان فطر

بصلتان - رشة جوز الطيب

6 حبات بطاطا

1/2 ملعقة طعام فلفل أسود

4 ملاعق طعام زبدة أو سمنة

طريقة التحضير:

ندق صدور الدجاج بمطرقة اللحمية.

نضع ملعقة من الزبدة في مقلاة على النار ونقلب فيها البصل المفروم ناعماً والفطر مع البهار ورشة جوزة الطيب.

نسلق البطاطا حتى تتضج ونهرسها بالشوكة ونرشّ عليها رشة ملح ونخلطها بالزبدة.

نمدّ مقدار ملعقة ونصف من البطاطا المهروسة على كل شريحة من صدر الدجاج ونضع فوقها ملعقة فطر مقطع مع البهارات..

ونلف شريحة صدر الدجاج ونثبتّها بعود الخشب (الذي يستعمل للأسنان) ونسخن الزبدة ونقلّي فيها صدر الدجاج.

ثم نصفّ لفافات الدجاج في صينية ندخلها الفرن على درجة حرارة (250م) مدّة 15 دقيقة..

ثم نخرجها من الفرن ونقطّعها شرائح.

يقدّم مع هذا الطبق المخلّل والفتوش.

المقادير:

صدرا دجاجة

1/2 كوب طحين

3 ملاعق كبيرة سمنة

1/2 فنجان عصير ليمون

1 ليمونة حامضة

1/2 ملعقة بهار مشكل

ملح

طريقة التحضير:

نقطع الدجاج إلى شرائح خالية من العظم

نخلط الملح والبهار والطحين ونغط الشريحة من الوجهين

نضع السمنة في مقلاة كبيرة ونقلّي كل شريحة لوحدها ونضعها في قدر وهكذا حتى تنتهي الشرائح كلها.

نضيف عصير الليمون والملح ونقطع الليمونة شرائح ونضعها معها وكوب من الماء ونتركها على النار حتى تتضج الدجاجة.

ولا ننسى أن نغطّي القدر على نار خفيفة..



المسخن

المقادير:

فروجان قياس صغير

2 كيلو بصل

نصف كيلو زيت زيتون

ملعقتان كبيرتان سماق

1 ملعقة عصفر

كيلو خبز مشروح

طريقة التحضير:

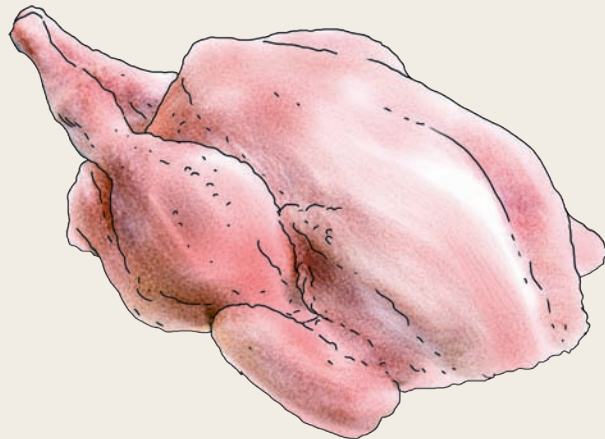
يغسل الدجاج جيداً ويدهن بالزيت والملح ويوضع في الفرن.

يقشّر البصل ويفرم أجنحة ثم نضع الزيت في القدر على النار ليحمى.

ثم نضع البصل مع الملح ونقلّبه جيداً.

وعندما ينضج نرفعه عن النار ونصبه في مصفاة، وعندما يصفى جيداً من الزيت نرش السماق والعصفر عليه ونحرّكه.

وعندما ينضج الفروج بشكل جيد، نفتح رغيف الخبز على طبق ونضع كمية من البصل فوقه ونضع الدجاجة ونرد أطراف الخبز على بعضها ويقدّم ساخناً.



مغربية

المقادير:

2 كيلو أفخاذ وصدور دجاج

كيلو لحمة مقطّعة

3 أكواب حمص

3 ملاعق كبيرة سمّنة

3 ملاعق كراوية - ملعقة قرفة - ملعقة بهار مشكل (سبع بهارات)

كيلو ونصف بصل حجم صغير

طريقة التحضير

نسلق الدجاج واللحمة مع رشّة ملح

نضيف الحمص بعد غسله إلى مرقة الدجاج واللحمة ونتركه على نار خفيفة حتى تنضج اللحمة.

نقشر البصل ونضع السمّنة في قدر ونقلب البصل حتى يحمّر.

نضيف إلى البصل الكراوية والبهارات وكمّية من ماء سلق اللحمة ونتركه على النار حتى ينضج البصل

نضيف البصل إلى اللحمة والدجاج والحمص المسلوق.

نترك كوبي ماء على جنب لحين اللزوم.

نحضر مصفاة معدن ونضعها على فوهة قدر فيه ماء مغلي ونضع المغربية فيها وذلك البخار يطبخ المغربية.

نأخذ المغربية ونقلّبها في قدر مع السمّنة والقليل من الكراوية والبهارات.

نضيف كوبين من ماء السلق التي تركناها جانباً إلى المغربية ونتركها حتى تمتصّ المغربية ماء السلق.

نضع المغربية في جاط ونضيف حولها البصل ونضع اللحمة والدجاج على الوجه ونضع المرقّة التي تحتوي القليل من البصل والحمص في طبق إلى

جانب طبق التقديم.



الأوزي الدجاج مع الأرز

المقادير:

- دجاجة
- 5 ملاعق طعام كبيرة لبن
- 2 كباية من الأرز (البسماتي)
- ملعقتا طعام رب البندورة
- ملعقتا طعام زيت نباتي
- ملعقة طعام طحين - 50 غ صنوبر
- عصير ليمونة واحدة - 50 غ لوز
- 5 حصوص ثوم - 3 ملاعق بقدونس مفروم
- عودان من القرفة- 1/2 ملعقة بهار مشكل
- 1 ملعقة صغيرة قرفة مطحونة
- 1/4 ملعقة كبش القرنفل المطحون
- 1/2 ملعقة هال مطحون

طريقة التحضير:

نغسل الدجاج ونفركها بالطحين والملح ونغسلها جيداً من الداخل والخارج.
ندقّ الثوم ونخلطه مع البهار والقرفة وكبش القرنفل والهال واللبن والملح وعصير الليمون ورب البندورة. نحمرّ الصنوبر واللوز بعد تقشيريه وتقسيمه بالطول في الزيت..

نقلي الدجاجة في الزيت مع عود القرفة والهال
نضيف المزيج الذي حضرناه من اللبن والثوم وجميع المكونات إلى الدجاجة ونتركها مدّة 25 دقيقة
في هذه الأثناء نكون قد نقعنا الأرز في الماء الساخن والملح لمدة نصف ساعة
نغسل الأرز بالماء البارد
نأخذ قليلاً من الصلصة ونضيف إليها كوباً من الماء ونطبخ الأرز فيها.
نصبّ الأرز ونضيف قطع الدجاج عليها ونرشّ البقدونس المفروم واللوز والصنوبر
يقدمّ معه اللبن أو السلطة.

دجاج مع بطاطا بالفرن

المقادير:

- دجاجة كاملة
- كيلو بطاطا
- ملعقة كبيرة سماق
- 4 ملاعق كبيرة عصير ليمون
- 1/4 ملعقة صغيرة فليفلة حمراء
- 1/2 ملعقة صغيرة بهار مشكل
- رشة قرفة - بصلة كبيرة
- ملعقة كبيرة رب البندورة
- 3 حصوص ثوم مدقوق + 3 ملاعق زيت زيتون
- كوب زيت زيتون للقلي

طريقة التحضير:

نغسل الدجاجة جيداً بالماء ونقطّعها قطعاً صغيرة ثم نرشّ عليها الملح ونتركها مدّة نصف ساعة جانباً.
نغسل البطاطا ونقشّرها ونقطعها دوائر
نقطّع البصل أجنحة
نضع الدجاج في صينية ونضيف فوقها جميع البهارات مع السماق ونحرّكها جيداً ثم نضيف إليها عصير الليمون.
نذوب رب البندورة في كوب ماء ثم نضيفها إليها ونضع البصل والثوم.
نضع الصينية داخل الفرن مع زيت الزيتون على الدجاجة على درجة حرارة (200م)
في هذه الاثناء نضع زيت القلي على النار ونقلي البطاطا قليلاً أي نصف قلي ثم نضعها فوق الدجاج في الفرن ونترك الصينية حتى تنضج الدجاجة والبطاطا.
تقدّم مع هذا الطبق السلطة أو الخل.



دجاج بالزعفران

المقادير:

- دجاجة حجم وسط
- 4 بصلات حجم كبير
- 3 ملاعق صلصة البندورة
- كوب من عصير البندورة
- ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ملعقة كبيرة زعفران
- ملح حسب الطلب
- 2-3 أكواب أرز

طريقة النضير:

نتقع القليل من الزعفران في الماء الفاتر
نقطع الدجاجة إلى أربع قطع ونغسلها جيداً
نضع قطع الدجاج في الطنجرة
نفرم البصل قطعاً صغيرة جداً ونضعه على الدجاج ونضع الطنجرة على نار هادئة حتى يتغيّر لون الدجاج
نخلط عصير البندورة مع صلصة البندورة والقليل من الماء الفاتر والزعفران والبهارات.
نصب الخليط فوق الدجاج ونخفّف الحرارة ونتركها لمدة ساعة..

طبخ الأرز

نتقع الأرز في الماء الساخن مع كمّية قليلة من الملح لمدة ساعة
ملاحظة (لكل كوب أرز نضع كوب ماء)
نضع الماء في الطنجرة مع الملح وحين يغلي الماء نضع الأرز المنقوع بعد غسله بالماء البارد ونتركه مدّة 5 دقائق على نار حامية، بعدها يوضع على نار هادئة مدّة 20 دقيقة.
بعد أن ينضج الأرز نأخذ كمية قليلة منه ونخلطه مع الزعفران المتبقّي لدينا وعند الصب نضع الدجاج وفوقه الزعفران وعلى الوجه الأرز بالزعفران.

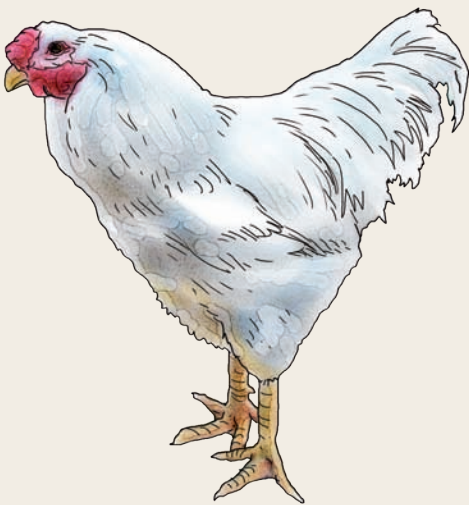
المقادير:

- كيلو كبدة دجاج
- ملعقتا طعام رب الفليفلة الحمراء
- 1/2 ملعقة صغيرة بهار
- بصلتان
- عصير ليمونة واحدة
- حبّتا فليفلة خضراء
- ملعقتا طعام سمّنة

طريقة النضير:

نفسل الكبدة جيداً بالماء البارد
ثم نضعها في المصفاة مع رشّة ملح ونخلطها ونتركها مدّة 15 دقيقة
نحمّر السمّنة ونضع البصلة المفرومة ناعماً ونقلّبها ثم نضيف البهار والفليفلة الخضراء ونقلّبها في السمّنة ونضع كبدة الدجاج ونقلّبها حتى تحمّر جيداً.
نخفّف درجة حرارة النار ونترك الجميع مدّة ربع ساعة مع التحريك الدائم.

كبدة الدجاج





الحمام المحشي بالفريكة

المقادير:

- 6 طيور من الحمام (الزغاليل)
- 8 ملاعق طعام سمّنة
- ½ ملعقة من البهار المنوع (7 بهارات)
- كوبان من الماء
- ملح
- كوب ونصف من الفريكة
- 200 غ صنوبر - 100 غ فستق حليبي
- ملعقة صغيرة حب هال مطحون

طريقة التحضير:

تنظّف الطيور ونغسلها وتنظّف بطنها من الأحشاء ونشّفها بفوطة نظيفة

ندهن الطيور بالملح والبهار والهاال المطحون.

نضع 4 ملاعق سمّنة على النار ونضع داخلها الطيور على عدّة وجبات ونحمّرها ثم نتركها جانباً.

نحمّر الصنوبر والفستق الحليبي ونتركها جانباً.

نضع فوق السمّنة 3 أكواب ماء ورشة بهار وملح ونتركها تغلي.

نصب الفريكة ونتركها على نار هادئة مدّة 45 دقيقة

ثم نخلط الفريكة مع الصنوبر والفستق الحليبي

نحشي الطيور ونخيّط بطنها بالخيط والإبرة

ندهن الطيور بالسمّنة الباقية ونضعها في صينية ندخلها الفرن ونتركها على درجة حرارة 250 م

وحين تحمّر الطيور جيداً، نطفئ الفرن ونأخذ الصينية منه.

تقدّم ساخنة مع السلطة والمخلّل أو اللبن

ملحظة: الفستق الحليبي قبل أن نحمّره في السمّنة نغليه بالماء حتى نستطيع تقشيريه ونقطّعه بالسكين بالطول إلى حبتين أي كل حبة نصبح حبتين.





البطّ مع الفطر

المقادير:

بطة وزن 2 كيلو

3 ملاعق طعام سمّنة

1/2 كوب خلّ أبيض

فتجان ماء

ملعقتا طحين

1/2 باقة زعتر أخضر

حب هال

4 أوراق غار

ربع كيلو فطر

طريقة التحضير:

نغسل البطة جيداً وننظّف باطنها وتنشف بقطعة قماش نظيفة.

نضع السمّنة في قدر ونضع البطة داخلها ونحمّر البطة من جميع الجهات.

نرفع البطة من القدر ونضع الماء والطحين وورق الغار والخلّ وعندما يغلي نضع الزعتر والبطة داخله ونتركها على نار خفيفة حتى تتضج.

نقطع الفطر ونضعه في السمّنة ونقلّبه ثم نضيفه إلى قدر البطة مع الهال ونضع الجميع في صينية وندخلها الفرن مدة ربع ساعة..

ثم تقدّم ساخنة مع الأرز المفلفل.



الجمام مع الزيتون

المقادير:

4 طيور حمام

5 ملاعق كبيرة من السمّنة

5 ملاعق كبيرة عصير ليمون حامض

ملعقتا طحين

ملح - بهار مشكل - رشّة قرفة

10 حبات زيتون

طريقة التحضير:

نغسل الطيور جيداً من الخارج والداخل الطير وننزع أحشاءها

نحرق الطير على النار لحرق أي ريش موجود

نغسله بعد الحرق وننشفه بفوطة نظيفة.

نضع الملح والبهار والقرفة في جاط وندلكّ بها الطيور جيداً.

نحمّي السمّنة ونضع كل طير على حدة ونحمّره ونستمر حتى ننتهي من تحمير الطيور.

نسحب بزر الزيتون

نضع الطيور في قدر مع القليل من السمّنة والماء ونتركها حتى تتضج. نأخذ القليل من السمّنة ونضيف إليه الطحين ونحرّكه جيداً ثم نصبّه فوق

الليمون والزيتون ونصبّ المزيج على الطيور ونتركها مدّة 10 دقائق على النار..

ثم نصبّ الطيور مع الزيتون والمزيج في طبق ويقدّم ساخناً.





العصافير

المقادير:

8 عصافير

4 ملاعق كبيرة سمنة

ملعقة صغيرة بهار مشكل

ملح

طريقة التحضير:

نغسل العصفور من الخارج والداخل ثم نشقّه من النصف بالطول وننزع أحشاءه

نحرق العصفور على النار لننزع جميع الريش

يغسل وينشف بمنشفة نظيفة ثم نرش الملح والبهار على العصافير.

نحمي السمنة على النار ونقلب العصافير فيها حتى تحمّر

نضيف نصف كوب ماء ونترك العصافير على نار خفيفة حتى تنشف الماء..

نرفع غطاء القدر ونقلبه بملعقة كبيرة لمدة خمس دقائق ثم نرفعه عن النار..

يقدم هذا الطبق مع السلطة.





مقلوبة الباذنجان بالدجاج

المقادير:

- دجاجة واحدة
- $\frac{1}{2}$ كيلو باذنجان
- 3 أكواب أرز
- بصلة
- 3 ملاعق سمنة عربية
- $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ملح - 100 غرام صنوبر - 100 غرام لوز

طريقة التحضير:

تنظّف الدجاجة ونغسلها بالماء البارد جيداً
نحمص القلوبات ونضعها جانباً ثم نقلبها في السمنة ونضيف إليها البصل المفروم ناعماً مع البهار ونتركها في القدر مع غطاء على نار خفيفة حتى تتضج
نقشر الباذنجان ونقطّعه دوائر ونقلّبها في السمنة.
ثم نضع الباذنجان في قعر قدر نظيف ونضيف إليه كوبي ماء ونتركه مدّة 15 دقيقة
نضيف الأرز المفلّفل ونضيف 6 أكواب من ماء الدجاج - حتى ينضج
تنظّف الدجاجة من الجلد والعظم
نقلب الأرز مع الباذنجان في الطبق ونزيّنه بالدجاج ونضع الصينية مع قليل من مرقة الدجاج على النار مدّة خمس دقائق.
نزيّنها بالقلوبات المحمّصة بالسمنة ثم تقدّم مع الخيار باللبن.

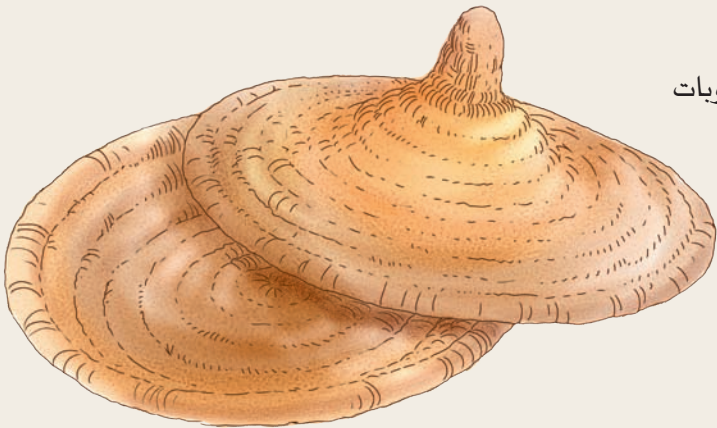
دجاج مشوي مع الفريك (طبق ريفي)

المقادير:

- كوبان فريك
- كوبان من مرقة الدجاج
- كوب زيت زيتون
- كوب فليفلة خضراء حلوة الطعم (مقطّعة مكعبات صغيرة)
- كوب كوسا (مقطّع مكعبات صغيرة)
- كوب جزر مسلوق ومقطّع مكعبات صغيرة
- دجاجتان مقطعتان
- $\frac{1}{2}$ ملعقة حبق، $\frac{1}{2}$ ملعقة إكليل الجبل
- 100 غ صنوبر - 100 غ فستق حلبي مقشّر
- $\frac{1}{2}$ ملعقة مردكوش
- كوب من عصير الليمون
- كوب بصل مفروم ناعماً
- رغيف خبز عربي

طريقة التحضير:

يغسل الدجاج وينقع في الليمون والملح والمردكوش وإكليل الجبل وزيت الزيتون ويخلط جيداً ونتركه جانباً
نحمّص اللوز والصنوبر ونتركه جانباً
نضع الصاج على النار ونضع فيه زيت الزيتون مع البصل المفروم وفوقه الفليفلة ثم الكوسا ثم الجزر ونحرّك جيداً ونتركها مدّة 10 دقائق.
ثم نصب مرقة الدجاج وعندما يغلي نصب الفريك ونحرّكه
نصب قليلاً من السائل الموجود فوق الدجاج المنقوع
نخفّف النار ونضع رغيف الخبز كغطاء فوق الفريك
نحضر الفحم ونشوي الدجاج ونقلبه حتى يحمرّ
نرفع رغيف الخبز ونضعه فوق الدجاج المشوي على النار ثم نرفعه في صحن
نصب الفريك مع الخضرة في وسط الجاط ونصفّ الدجاج المشوي حوله والقلوبات
ثم نضع الخبز فوق الفريك ونصب القلوبات الباقية.
يقدّم ساخناً.



البيض

1-عجّة الكوسا

2-عجّة البيض

3-عجّة اللحمة

4-عجّة الزهرة

5-برك بالباذنجان

6-زهرة مغطسة بالبيض

7-ياشلك

8-مفرّكة القرع

9-مفرّكة الكوسا

10-بيض مع البندورة

11-بيض بالقاورما

12-بيض مقلي

13-بيض مع السبانخ

14-عجّة النخاعات

15-عجّة العكوب

16-عجّة الريحان

17-عجّة الفاصولياء البيضاء الحب





عجة الكوسا

عجة أفراص

المقادير:

2/1 باقة بقدونس

كوبان زيت زيتون

3 بصلات مفرومة ناعماً

4/1 كوب من الطحين

8 بيضات

حبة فليفلة خضراء حلوة

حبة كوسا (مبشورة)

2/1 ملعقة صغيرة ملح

2/1 ملعقة صغيرة بهار

2/1 ملعقة صغيرة باكنغ باودر

طريقة التحضير:

يغسل الكوسا والفليفلة ويقشّر الكوسا بالمقشرة الخشنة وكذلك الفليفلة الخضراء

نفرم البصل ناعماً ويضاف إليه الملح والبهارات ويحرّك ويترك جانباً

يفرم البقدونس ناعماً ثم يغسل ويصفى.

يخلط البيض مع الطحين والباكينغ باودر جيداً

يضاف الطحين إلى الخضر والبصل ونخلط جيداً

يوضع الزيت في المقلاة على نار قوية وعندما يحمى نسكب فيه مقدار

ملعقة سكب من مزيج العجّة في كل قرص من صينية العجة

عندما يبدأ القرص بالاحمرار نقلبه إلى الجهة الثانية

ترفع الأقراص وتوضع على ورق امتصاص الزيت وهكذا حتى تنتهي العملية.

نقدّم العجة مع السلطة والفتوش.

المقادير:

باقة بقدونس مفرومة ناعماً

3 بصلات مفرومة ناعماً

4/1 كوب من الطحين

7 بيضات

2/1 ملعقة صغيرة من البهار

نصف كيلو لحمة غنم مفرومة

2/1 ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

3 ملاعق كبيرة من السمّة- رشّة فلفل أحمر ناعم- رشّة كمون- ملح حسب الطلب

طريقة التحضير:

يخلط البصل المفروم مع الملح والبهارات ويترك جانباً

يغسل البقدونس ويفرم ناعماً

يكسر البيض ويوضع في طبق آخر

نضع السمّة في قدر على النار ونضع البصل مع الملح والبهارات ونحرّكها قليلاً ثم نضيف اللحمة ونقلّوها 10 دقائق ونحرّكها حتى تبرّد.

نخلط البقدونس مع البيض والطحين والباكينغ باودر والفلفل الأحمر والكمون ثم نضيف اللحمة والبصل بعد أن تبرّد.

نخلط المزيج جيداً وندهن الصينية بالسمّة وننثر القليل من الكعك الناعم ثم نصبّ الخليط ونضعه في فرن حار ونتركه مدّة 20 دقيقة أو حتى

يحمّر وجهها.

تقدّم ساخنة مع سلطة الخيار والبندورة.



عجة باللحمة

عجة البيض

المقادير:

6 بيضات

بصلة مفرومة ناعم

ملعقتا طعام زيت زيتون

ملعقة طعام من الطحين

2/1 ملعقة صغيرة بهار

ملح

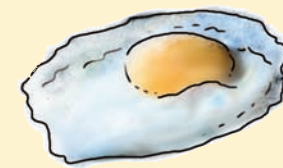
باقة بقدونس مفرومة ناعماً

طريقة التحضير:

يخفق البيض مع الملح والفلفل والبقدونس والبصل والدقيق ثم نضع الزيت على النار ويصب الخليط ويحمر على نار خفيفة ثم يقلب على الوجه الآخر ويحمر.

يقدم ساخناً بعد أن يقطع.

يقدم مع هذا الطبق خيار باللبن.



عجة الزهرة

المقادير:

2/1 رأس قرنبيط

10 بيضات

عرق بقدونس

بصلة يابسة

زيت زيتون

3 حصوص ثوم مدقوقة

بهار - ملح - ملعقة طعام طحين

طريق التحضير:

يسلق القرنبيط في الماء حتى ينضج

يصفى في المصفاة ويرشّ عليه ملح ويترك جانباً.

نخلط البصلة المفرومة مع الثوم المدقوق والطحين والبيض والبقدونس المفروم ناعماً والملح والبهار ويخفق المزيج بالشوكة ثم يضاف إليه القرنبيط ويخلط أيضاً.

نضع في صينية 4 ملاعق زيت زيتون وندهن الصينية ويصب المزيج كلّ فوقها ونضعها في الفرن على درجة حرارة 200-250 مدّة نصف ساعة. تقدّم مع هذا الطبق السلطة أو اللبن.

المقادير:

2 كيلو باذنجان قياس وسط

باقة بقدونس

قالبان من الجبنة البيضاء الخالية من الملح

بصلة واحدة

ملح - بهار - 3 بيضات - ملعقة طحين كبيرة

زيت للقلي

طريقة التحضير:

يكسر البيض ويخفق مع الملح والبهار ورشة طحين

يغسل الباذنجان ويقشر ثم يقطع شرائح سميكة

يغسل البقدونس بالماء البارد ونقطّعه قطعاً صغيرة

إذا كانت الجبنة مالحة نضعها في الماء البارد مدّة ساعة حتى يزول الملح

نقطّع الجبنة شرائح

نقطّع البصلة قطعاً صغيرة ونفركها بالملح والبهار.

نخلط الحشوة المكوّنة من الجبنة والبصل والملح والبهار والبقدونس

نضع الزيت على النار ونقلّي الباذنجان ونتركه حتى يبرد

نأخذ قطعة من الباذنجان المقلي ونضع عليها القليل من الحشوة بمقدار ملعقة كبيرة ونضع قطعة ثانية من الباذنجان المقلي عليها ونغطيها

بالبيض والطحين ثم نعيدها إلى المقلاة ونقلّيها على مهل حتى يحمرّ البيض، وهكذا حتى تنتهي العملية.

يقدّم هذا الطبق مع الخلّ والسلطة والطرطور والرشاد.

زهرة مغطسة بالبيض

المقادير:

رأس قرنبيط

4 بيضات

ملح - رشّة بهار

¼ كوب طحين

½ كوب زيت الزيتون

طريقة التحضير:

نغسل الزهرة ونقطّعها

نسلقها في الماء مع الملح ثم نسكب الماء عنها ونضعها في المصفاة

نخلط الطحين مع البيض ورشة بهار وملح

نغمس كل باقة من القرنبيط داخل البيض

ونضعها في الزيت الحامي ونقلبها حتى تحمّر

يقدّم مع هذا الطبق الطرطور بالطحينة والليمون.

ياشاك

المقادير:

10 بيضات

باقة بقدونس مفروم ناعماً

2/1 كيلو لحمة مفرومة ناعماً (لحمة غنم)

3 ملاعق كبيرة سمنة عربية

ملح - بهار

طريقة التحضير:

نقلي اللحمة مع السمنة والملح والبهار ثم نكسر البيض في صحن آخر ونخفقه ويقلب المزيج مع بعضه على نار هادئة..

يقدّم هذا الطبق مع الكبة النية والسلطة الخضراء.

المقادير:

كيلو قرع

400 غرام لحمة مفرومة ناعماً

10 بيضات

ملح - سبع بهارات

ملعقتان كبيرتان من السمنة

طريقة التحضير:

يفسل القرع ويبشر قشره

يقطع القراع قطعاً صغيرة

نضعها في طبق ونعرضها للشمس مدّة ساعة

نحمر السمنة على النار ونضيف اللحمة والبهار والملح ونقلبها حتى تتضج

نقلب القرع في السمنة مع الملح حتى تذبل ويتغيّر لونها

نضيف اللحمة فوق القرع مع كوب ماء ونجعل النار هادئة حتى ينضج القرع وتشف الماء.

يخفق البيض مع الملح والبهار ونصبه فوق القرع ونتركه على نار هادئة حتى ينشف.

يسكب في الصحن ويقدّم ساخناً وإلى جانبه السلطة أو المخلّل أو الكبة النية.

مفركة الكوسا

المقادير:

كيلو كوسا

10 بيضات

سبع بهارات - رشة قرقة مطحونة

4 ملاعق كبيرة زيت الزيتون

بصلة مفرومة ناعماً

طريقة التحضير:

نغسل الكوسا ونشطفه ونقطّعه قطعاً صغيرة

نضع الزيت على النار ونضع البصلة ونحرّكها حتى تصفرّ ونضيف الملح والكمون والبهار

ثم نضع الكوسا ونقلّبه جيداً مدّة خمس دقائق.

نترك الكوسا على نار خفيفة حتى تتشّف الماء..

نخفق البيض مع البهار والملح ونعبئه في علبة ونتركه بـ 10 دقائق حتى يجمد المزيج.

يقدم هذا الطبق ساخناً مع السلطة واللبن.

بيض مع البندورة

المقادير:

4 حبات بندورة

حبتان فليفلة خضراء

حبة فليفلة حمراء

20 غراماً من الزبدة

6 بيضات

بصلة واحدة

ملح - بهار مشكل

طريقة التحضير:

نغسل البندورة ونقطّعها بشكل دوائر ونفرمها ناعماً

نغسل الفليفلة ونقطّعها قطعاً صغيرة وكذلك الفليفلة الحمراء

نفرم البصل ناعماً

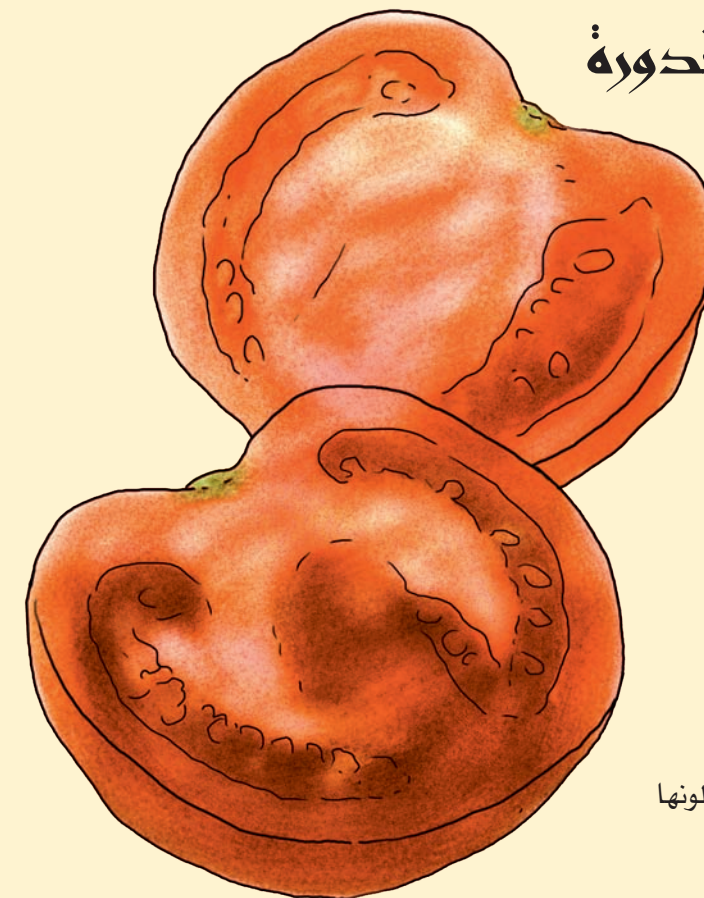
نضع الزبدة في طوالة كبيرة ونضع البصلة المفرومة ناعماً ونقلّبها إلى أن يصفرّ لونها

نضيف الفليفلة الحمراء والخضراء ونقلّبها معها

ثم نضيف البندورة ونقلّبها ونتركها على نار خفيفة مدّة 10 دقائق

يخفق البيض مع الملح والبهار ونسكبه على مجموعة الخضار

وعندما تنضج العجة نلّفها ونضعها في الطبق.





بيض بالقاورما

المقادير:

3 ملاعق كبيرة قاورما

6 بيضات

رشة صغيرة ملح

بهار

زبدة

طريقة التحضير:

نضع الزبدة في المقلاة ونضع فوقها القاورما

يخفق البيض مع رشة صغيرة من الملح والبهار

نضيفه إلى القاورما ونحرّكه ونتركه حتى ينضج البيض.

ملاحظة: الانتباه إلى عدم وضع ملح زيادة لأن القاورما تحتوي على ملح.





بيض مقلي

المقادير:

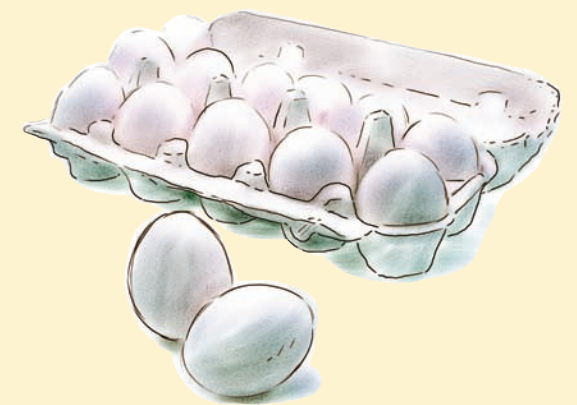
- 3 بيضات
- 3 ملعقة سمنة
- ملح - رشّة بهار

طريقة التحضير:

نذوب السمنة في المقلاة

نكسر البيض في صحن ونخفقه مع الملح والبهار

نصب البيض فوق السمنة ونتركه على نار هادئة حتى ينضج



عجة النخاعات (١)

المقادير:

6-5 نخاعات غنم

بصلة

3 بيضات

4/3 كوب طحين

ملعقة صغيرة بهار مشكل مع رشّة قرفة

2/1 كوب بقودونس مفروم

كوب من الكعك المدقوق

بياض 3 بيضات

بصلة مفرومة ناعماً

حصان من الثوم المدقوق

كوب زيت ذرة للقلي

طريقة التحضير:

نغسل النخاعات وتوضع في قدر مع رشّة بهار وملح والبصل وورق الغار وتسلق

نسكب الماء ونضع ماء نظيفة مغلية ونترك النخاعات تغلي على نار خفيفة حتى تتضج ثم نتركها تبرّد..

نهرس النخاعات بالشوكة ونضيف إليها البيضتين المخفوقتين مع الملح والبهار والبصل المفروم وكذلك 4 ملاعق من الكعك المدقوق والبقودونس المفروم.

نخلط المواد ونجعلها كالعجينة..

ثم نخلط الثوم المدقوق ببل اليد بالماء الباردة

نقرص العجينة أقراصاً ونغطسها في بياض البيض ثم في الكعك المدقوق

ثم نحمّي الزيت ونقلي الأقراص فيه حتى يصبح لونها ذهبياً أشقر.

(١) طبق حلبي يدعى (طواظ) بروية



بيض مع السبانخ (الطريقة الأولى)

المقادير:

نصف كيلو سبانخ

5 بيضات

2/1 كوب بصل مفروم ناعماً

بهار مشكل

رشّة ملح

4 ملاعق طعام زيت زيتون

طريقة التحضير:

نغسل السبانخ جيداً ثم نضعها في القدر مع الماء ونسلقها.

بعد السلق نضعها في المصفاة

نحمي الزيت في قدر على النار ونقلب البصل غلى أن يحمرّ.

نخلط السبانخ مع البصل ونضعه في صينية معدّة للفرن.

نحفر حضرات في السبانخ ونكسر كل البيضة في حفرة مع رشّة بهار

نضع الصينية في الفرن حتى يجمد

يقدم هذا الطبق ساخناً مع السلطة والمخلّل.

(الطريقة الثانية)

المقادير:

كيلو سبانخ

4-7 بيضات

بصلة متوسطة الحجم

4 ملاعق طعام زيت زيتون

فلفل أسود

رشّة ملح

طريقة التحضير:

نغسل السبانخ ونقطعها ثم نرفعه على النار حتى تسخين

توضع في مصفاة

نقشّر البصلة ونفرمها ناعماً

نحمي الزيت ونقلب البصلة حتى يصفرّ لونها

نضيف السبانخ ونقلبها مع البصل

نضع المزيج في صينية ونفتح فتحات في وجه الصينية

نكسر كل بيضة في الفتحة

ندخل الصينية إلى الفرن بعد تغطيتها وعندما يجمد البيض نخرجها من الفرن. نرش الفلفل على الوجه مع الملح..



عجة العكوب

المقادير:

2 كيلو عكوب

5 بيضات

4 ملاعق طحين

4 حصوص ثوم

ملح

2/1 ملعقة صغيرة بهار أسود

رشة قرفة

طريقة التحضير:

بعد أن نتظّف العكوب من الشوك نغسله جيداً ثم نسلقه ثلاثة أرباع السلقة ونضعه في مصفاة

نخفق البيض مع الثوم المدقوق والبهارات والطحين

نضيف العكوب المسلوق إليه

نحمّي الزيت في مقلاة العجة ونضع ملعقة عند كل طرف من المقلاة.

حين يحمرّ الطرف الأول نقلبه على الوجه الثاني وهكذا حتى تنتهي

يصبح لدينا عجة العكوب وتقدّم ساخنة.

عجة بالريحان

المقادير:

6 بيضات

ملح

رشة فلفل أحمر

رشة بهار

ملعقتان من جبنة الماعز المبشورة

1-1/2 من ورق الريحان مفرومة ناعماً

2/1 كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نغسل ورق الريحان وننشفه

نخفق البيض مع الفلفل الأحمر والبهار والجبنة

نخلط ورق الريحان المفروم ناعماً مع البيض والجبنة

نضع الزيت في المقلاة وبعد أن نحمّيه نسقط العجة ونقلّبها على الوجهين

تقدّم ساخنة.

عجة الفاصولياء الحب البيضاء

المقادير:

نصف كيلو فاصولياء حب

حصان ثوم مقشّر

رشّة عصفر

رشّة بهار ابيض

بصلتان خضراوتان مفرومتان ناعماً

ملعقتا طعام كعك مدقوق

ملعقتا طعام طحين

6 بيضات

كوب زيت للقلي

طريقة التحضير:

ننقع الفاصولياء طوال الليل ثم نغسلها ونسلقها مع رشّة ملح.

نطحن الفاصولياء ونخلطها مع العصفر والبهار والملح والطحين والبيض ونخفقها بالشوكة .

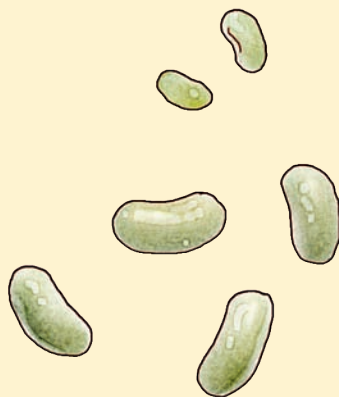
نترك بيضة ونخفقها مع الملح ونتركها على جنب.

نقرص العجينة ونغطسها بالبيضة التي تركناها ثم نقطعها بالكعك المدقوق

ونحمر الزيت في المقلاة الخاصّة بالعجة

ونضع ملعقة من الخليط في كل قرص من أقراص العجة ونتركها تحمّر ثم نقلّبها على الطرف الثاني وهكذا..

تقدّم ساخنة مع السلطة.



المخلل^س

1- مخلل الباذنجان

2- مخلل الفليفلة الخضراء

3- مخلل اللفت

4- مخلل الخس

5- مخلل الفليفلة الحمراء

6- مخلل الخيار

7- مخلل مشكل

8- مخلل الفليفلة الخضراء

9- مكدوس الباذنجان

10- مكدوس الفاصولياء الخضراء

11- مكدوس الكمأة





مخلّل الباذنجان

المقادير:

- 3 كيلو باذنجان قياس صغير
- 5 ملاعق كبيرة فليفلة حمراء مطحونة
- 6 ملاعق كبيرة كزبرة يابسة
- 10 حصوص ثوم
- ملح
- ملعقتان سكر
- ملح خشن

طريقة التحضير:

يقطع ذيل الباذنجان بالسكين ويفسل الباذنجان
يشقّ الباذنجان من وسطه فتحة صغيرة بالسكين ويوضع الباذنجان في قدر فيه ماء ويسلق نصف سلقه
نصفيه من الماء المغلي ونتركه يبرد.

تحضير الحشوة:

ثوم + الكزبرة اليابسة + الفليفلة + 2/1 ملعقة ملح
نضع قدر ملعقة صغيرة من الحشوة داخل كل باذنجان
يصف الباذنجان داخل الجرّة فوق بعضه البعض
ثم نحضر ملح مع الماء عيار البيضة - ونصب الماء المالح فوق الباذنجان مع السكر والثوم المدقوق ونتركه مدّة 3 أسابيع.
يستحسن استخدام الملح الخشن أثناء تحضير المخلّلات.

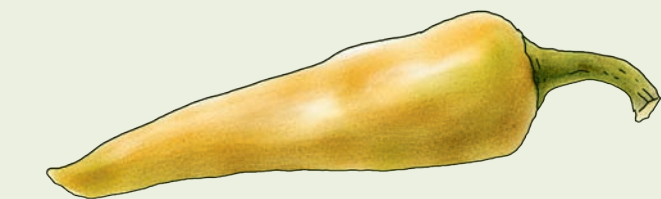
المقادير:

- كيلو فليفلة خضراء
- ملح خشن
- 3 حصوص ثوم
- 2/1 ملعقة فليفلة حمراء مطحونة
- ملعقتان سكر
- ملعقة كبيرة خلّ

طريقة التحضير:

نغسل الفليفلة ونشطرها إلى قسمين بالطول
نضع الفليفلة في قدر ونصب عليها القليل من الملح ونحركها باليدين
نحضر المرطبان ونصف الفليفلة داخله
ثم نخلط الملح الخشن مع الثوم المدقوق نصفياً والسكر والخل
ثم يصبّ المحلول فوق الفليفلة في المرطبان ونرشّ الفليفلة الحمراء فوقها
ونضع صحنًا مقلوباً على وجه الفليفلة داخل المرطبان ونضغطه
نغطّي المرطبان ونتركه مدّة 3 أسابيع
ثم يقدم.

مخلّل الفليفلة الخضراء





مخلّل اللّفت

المقادير:

كيلو من اللّفت الطازج

7 ملاعق كبيرة ملح خشن

4 ملاعق خلّ

ملعقتان سكر

7 حبات شمندر أحمر

3 ملاعق كبيرة حصرم يابس

3 أكواب من الماء

طريقة النّضير:

يغسل اللّفت وتقطع جوانبه بالسكين

تقطع كل حبة لفت بالسكين إلى شرائح بحيث لا تصل السكين إلى أسفل الحبة كي تبقى شرائح اللّفت ملتصقة ببعضها

توضع طبقات من الشمندر حتى تغطي الكبيس لوناً أحمر

يوضع داخل طنجرة مع الماء والملح والسكر على النار حتى يغلي المزيج مدّة ثلاث دقائق

ترفع الطنجرة عن النار وتترك حتى يبرد المزيج

نسكب ماء الملح والسكر فوق اللّفت وذلك بعد وضع اللّفت في المرطبان ونضع الحصرم اليابس ونصب الخل فوقه. ويجب أن يكون الماء فوق اللّفت

مقدار 3 سنتمرات

نغطّي الكبيس بورق العنب ثم نغطي المرطبان بإحكام ونتركه مدّة شهر في مكان دافئ.

مخلّل الخس

المقادير:

3 خسات

3 ملاعق ملح خشن

ملعقتان سكر

ملعقة صغيرة فليفلة حمراء مطحونة

ملعقة خل

5 حصوص ثوم

طريقة النّضير:

يغسل الخس ويقطع بالطول إلى قسمين

يوضع في المرطبان ونضيف إليه الماء الذي يحتوي الخل والسكر والثوم المدقوق والفليفلة

نضع طبقاً صغيراً مقلوباً على وجهه ويترك لمدّة أسبوع..



المقادير:

6 قرون فليفلة حمراء قياس كبير

ربع كيلو فاصولياء خضراء

3 حبات جزر أصفر

2/1 باقة بقدونس

4 حبات خيار

6 حصوص ثوم

كوب خل - ملح

طريقة النّضير:

يقطع رأس الفليفلة ويترك جانباً، تنظف الفليفلة من البذور

يدهن داخل الفليفلة بالملح بواسطة الأصبع وتوضع الفليفلة عامودياً على الصينية بحيث تنزل المياه إلى الأسفل وذلك لمدة نصف ساعة.

نقطع الجزر بعد غسله بالماء إلى دوائر صغيرة وكذلك الخيار يقطع إلى دوائر ونقشر الثوم ونتركه

نقشّر الفاصولياء من رأسها إلى أسفلها ونغسلها ونغسل البقدونس ونتركه كما هو من دون تقطيع

نضع الجزر والخيار والفاصولياء والبقدونس والثوم في وعاء كبير ويصب الخل والملح عليها ويحرّك المزيج

ثم نأخذ الفليفلة الواحدة تلو الأخرى ونضع في داخلها من جميع المحتويات التي لدينا ونرتبها بيدنا عن الحشو بشكل لا تتزع الفليفلة

نضع رأس الفليفلة الذي تركناه جانباً على كل واحدة حتى نسدّها به ونصفّ الفليفلة في المرطبان فوق بعضها ثم نحضر الماء المالح مع ملعقة سكر

ونصف كوب خل ونضعه في المرطبان ونتركه مدّة 3-4 أسابيع حتى يصبح جاهزاً للأكل..



مخلّل الخيار

المقادير:

3 كيلو خيار قياس صغير

كوب من الملح البحري

كوب من الخل

5 حبوب من الفلفل الأسود

4 حصوص ثوم مدقوقة خشناً

فتجان من الحصرم المنشف

رشة فليفلة حمراء

طريقة التحضير:

يفسل الخيار ويقطع من الطرفين

نضع الخيار في المرطبان المعد

نخلط الملح مع جميع المكونات المذكورة ومع 4 أكواب ماء

ثم نضعها فوق المرطبان ونغطي المرطبان ويوضع في مكان دافئ حتى يصبح جاهزاً للأكل بعد أسبوع.

مخلّل مشكل

المقادير:

مخلّل القرنبيط والملفوق والفليفلة، جزر وثوم

كيلو واحد من كل صنف نرغب فيه

كوب خل

5 أكواب ماء

3 ملاعق ملح خشن (صخري)

طريقة التحضير:

نغسل الخضر المرغوب فيها جميعها وتقطع قطعاً متوسطة ما عدا الفليفلة تقطع إلى قطعتين بالطول

نذوب الملح في الماء البارد ونضيف إليه الخل

نصفّ الخضر في المرطبان ثم نضع الماء المملح والخل فوقها وحصوص الثوم

نقفل المرطبان بإحكام

يمكننا استعمال المخلّل بعد أسبوعين.



مخلّل الفليفلة الخضراء

المقادير:

كيلو فليفلة حلوة (رومي) متوسّطة ويفضّل الحجم الصغير

ربع كيلو ملفوف مقطّع قطعاً صغيرة

ربع كيلو جزر مبروش

أربع حصوص ثوم مقطّع قطعاً صغيرة

أربع كيلو كزبرة خضراء مفرومة

فلفل أحمر حرّ

ملح - خلّ - ملعقة سكر

طريقة التحضير:

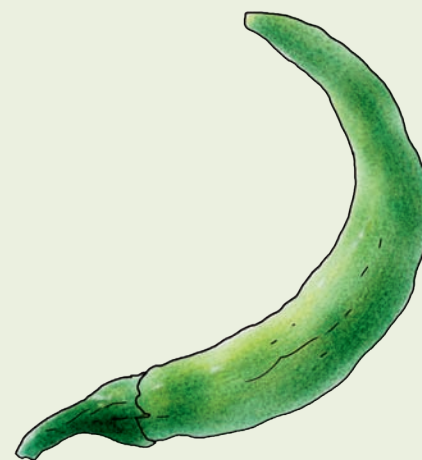
نغسل الفليفلة الخضراء، نزيل البذور بحرص مع الانتباه بأن يبقى رأس الفليفلة (القمع)

نخلط الجزر والملفوف والكزبرة والثوم مع الملح

ونحشو الفليفلة بالخلطة ثم نغلقها بـ (القمع)

توضع الفليفلة في المرطبان، نصبّ الماء والخل والملح فوقها ونضع ورق العنب على وجه المرطبان

تحفظ لمدة أسبوعين حتى تصبح جاهزة للأكل.



مكدوس الباذنجان

المقادير:

كيلو من الباذنجان القياس الصغير الخالي من البذور

كوبان من الجزر المفروم ناعماً

ملعقتان رب الفليفلة الحمراء

50 غراماً ثوم مدقوق

زيت زيتون

ملعقة كبيرة ملح

طريقة التحضير:

نغسل الباذنجان ونقطع عنقه

نصفّ الباذنجان في قدر ونملأه بالماء ونضع طبقاً على وجه القدر كي يغمر الباذنجان بالماء ونتركه على درجة حرارة مقبولة حتى الغليان

نخفّف النار ونتركه حوالي (25 دقيقة) حتى يصبح طرياً

ثم نصفّيه من الماء ونضعه في طبق من القش ونضع عليه وزناً ثقيلاً (حجرة كبيرة أو وعاء ثقيل الوزن) ونتركه لمدة 12 ساعة

نخلط الجوز مع الفليفلة الحمراء والثوم

نشق كل باذنجانة بالطول بحيث نتركها معلقة مع بعضها ونحشو الواحدة تلو الأخرى حتى ننتهي

نصف حبات الباذنجان في المرطبان ثم نغمرها بزيت الزيتون ونحكم إغلاقها ونتركها في مكان جاف مع الانتباه كل يومين إلى مقدار الزيت إذا

نقص نضيف الزيت حتى يبقى الباذنجان مغطّى بالزيت.

نتركه مدّة شهر ثم تقدّم للطعام.





مكدوس الفاصولياء الخضراء

المقادير:

نصف كيلو فاصولياء خضراء

ربع كيلو جزر أصفر

ربع كيلو فليفلة حمراء

نصف كيلو جوز

6 حصوص ثوم - ملح - زيت زيتون - رشة فليفلة حمراء مطحونة

طريقة التحضير:

تغسل الفاصولياء وتنظف من العروق وتقطع قطعاً صغيرة

يفسل الجزر ويقطّع قطعاً صغيرة

تغسل الفليفلة وتقطع قطعاً صغيرة

يقطّع الجوز قطعاً صغيرة

ندق الثوم

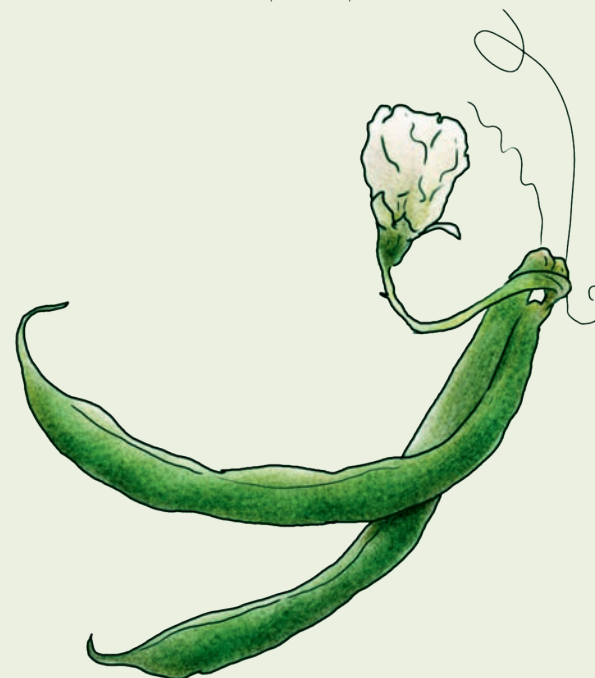
نحضر جاطاً كبير ونضع فيه الفاصولياء مع الجزر والفليفلة والجوز والثوم والملح

ونصبّ فوقها القليل من زيت الزيتون ونحرّكها

نتركها 6 ساعات وكل ساعة نحرك المزيج

نصبّ جميع المواد في المرطبان المعدّ لها ونقلب المرطبان على فمه مدّة خمس ساعات..

بعدها نضع زيت الزيتون في المرطبان حتى يغمر المواد ونغطّي المرطبان بإحكام ونتركه مدّة 3 أسابيع بعدها يقدم للطعام.



مكدوس الكمأة

المقادير:

2 كيلو كمأة مسلوقة

زيت الزيتون

ملح

طريقة التحضير:

توضع الكمأة المسلوقة مع ملعقة طعام ملح وتخلط ثم تعبأ في مرطبان وتغمر بزيت الزيتون وتترك شهراً ثم تقدّم للطعام.

• الكمأة نوع من أنواع الفطر، تتشكّل فيزيائياً حين يكون البرق والرعد أيام الربيع تكثر الكمأة

تظهر في صحراء بلاد الشام، طعمها لذيذ، والنوع المختار موجود في المناطق الشرقية والنوع الجيد هو اللون الأسود.

تنظيف الكمأة:

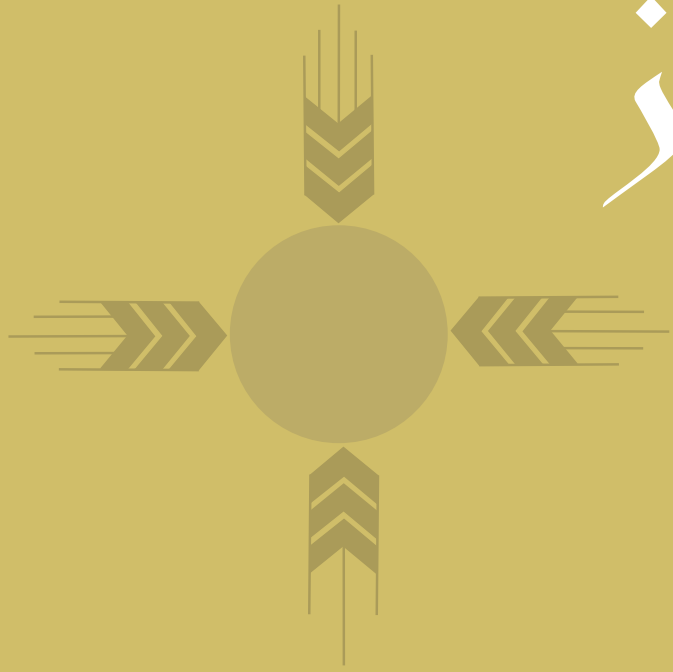
تقع في الماء ويغيّر الماء عدّة مرات مع الفك باليد حتى نتخلّص من التراب ثم نأخذ سكين ونقطع الرأس الذي يكون ظاهراً من التراب ونحكّ

الكمأة بالسكين بكل دقّة حتى ننظف كل المناطق من التراب بعدها نغسل جيداً وتوضع في قدر فيه ماء على النار مع رشّة ملح

تسلق وتوضع في مصفاة

نتركها تبرد ثم نراقبها للتأكّد من نظافتها من التراب.

الخبز



- 1- طريقة تحضير الخبز
- 2- الخبز السوري
- 3- خبز التنور
- 4- خبز الصاج
- 5- خبز العسل
- 6- خبز الحليب
- 7- خبز مرقوق
- 8- كعك مالح
- 9- كعك بالحليب
- 10- خبز بالسمنة والقرفة





طريقة تحضير الخبز

المقادير:

كيلو طحين

ملعقة خميرة

ملعقة سكر

رشة ملح

3 ملاعق لبن بودرة

ماء فاتر للمعجن

طريقة التحضير:

نخلط جميع المقادير مع بعضها ثم نضع الماء تدريجاً حتى تصبح العجينة متماسكة أي لا تكون ملتصقة بالطبق

نتركها لمدة 4 ساعات حتى تختمر

ندهن العجينة من الوجهين بزيوت الزيتون

تقطع العجينة ونرقّها بالشوبك على شكل أقراص دائرية ونضعها في الفرن على درجة حرارة (200 م) وذلك لمدة 3-4 دقائق حتى ينضج
الريغيف ويصبح لونه وردياً.

• قديماً كان الخبز يعجن في البيوت ويخبز على التتور أو الصاج في الريف أو يرسل إلى الأفران في المدن..

وللخبز أنواع كثيرة مثل خبز القمح، وخبز الذرة البيضاء، وخبز الشعير، وخبز الشوفان، وخبز النخالة.

ويعتبر الخبز مادة أساسية في طعامنا.

خبز التتور

المقادير:

3 كيلو طحين أسمر

كيلو طحين أبيض

ملعقة طعام ملح

ملعقة طعام خميرة

5 أكواب ماء



طريقة النخضير:

نحضر وعاء كبيراً وننخل الطحين الأسمر والأبيض فيه

نخلط الطحين الأسمر والأبيض ونرش فوقه الملح

نذوب الخميرة في قليل من الماء الفاتر

نحفر حفرة في وسط الطحين ونضيف الماء والخميرة ونحرّك جيداً

ثم نعجن العجينة جيداً ونتركه يرتاح مدّة 6 ساعات مع وضع قطعة قماش على وجه الوعاء.

بعد 6 ساعات نعجن العجينة مرة ثانية

ونقطع العجين قطعاً كالكرات الصغيرة ونغطّ كل قطعة بالطحين ونصفّ القطع على طبق ونتركها جانباً.

نشعل نار التتور بالحطب وعندما تجهز النار نأخذ كل قطعة عجين ونرقها بين الكفين ببِل اليد بالماء ونلصقها على جدار التتور، وبعد دقيقتين تظهر

فقاعات على الرغيف ويحمرّ، نرفعه ونضعه على الطبق.

ملحظة:

في القديم كانت كل العائلات تعجن الخبز في البيت وترسله إلى الخباز ليخبزه أما في الريف فيخبز الخبز في التتور، وما زال التتور موجوداً حتى اليوم في بعض القرى.

الخبز السوري

المقادير:

2 كيلو طحين

3 ملاعق طعام ملح

ملعقتان سكر

ملعقتان خميرة

5 أكواب ماء

طريقة النخضير:

نخلط الطحين مع السكر والملح ونذوب الخميرة ونضعها فوقه

ثم نعمل حفرة في الوعاء ونصب الماء ونحرك المزيج ثم نتركه خمس دقائق

نبدأ بالعجن ونتركها مدة ثلاث أرباع الساعة لترتاح

نعود ونعجن العجينة مرة ثانية مع بلّ اليد بالماء إذا احتاج الأمر

نقطع العجينة قطعاً صغيرة تزن 140 غراماً تقريباً ونترك القطع على صينية مدّة نصف ساعة حتى تختمر

ثم نرقها بشكل مستدير وبسماكة 3 ملليمتر ونتركها ترتاح مدّة ربع ساعة

بعدها ندخلها إلى الفرن على درجة حرارة (450م) لمدة خمس دقائق فنحصل على رغيف الخبز.



خبز الصاج

المقادير:

2 كيلو طحين أبيض

كيلو طحين أسمر

ملعقة طعام سكر

4/3 ملعقة طعام خميرة

ملعقة ملح

5 أكواب ماء

طريقة التحضير:

تنخل الطحين بالمنخل ونخلطه جيداً في وعاء كبير

نحفر حفرة في الوسط ونصب الخميرة المذوبة بالماء الفاتر والسكر والملح ونصب الماء ونحركه ثم نعجنه

ونتركه ليرتاح فقط نصف ساعة.

نحضر الصاج ونحمي النار من أسفله

نقطع العجين كرات صغيرة ونرقها باليد مع استعمال الماء لبلّ اليد ونأخذ العجينة كالمروحة بين اليدين حتى يصبح الرغبة رقيقاً

نضعه على الصاج ونتركه حتى ينضج ويحمرّ لونه.

خبز بالعسل

المقادير:

5 أكواب طحين

ملعقتان عسل

رشة ملح

2/1 كوب زبدة

ماء

ملعقة خميرة مذوبة في ماء فاترة

طريقة التحضير:

نخلط المواد ونحركها ونعجنها ثم نتركها تترتاح مدّة ساعة ونصف الساعة حتى يكبر حجمها..

نحمي الفرن على درجة حرارة متوسطة (200م)

ونحفر قالباً للفرن مثل قالب الكاتو المستطيل الشكل وندهن قعره (أي أرضه) وجوانبه بالزبدة ونرش الطحين عليه ثم نضع العجينة داخله وندخله

الفرن حتى يصبح لون العجينة ذهبياً ويشقرّ.



خبز بالعسل

المقادير:

5 أكواب طحين

ملعقتان عسل

رشة ملح

2/1 كوب زبدة

ماء

ملعقة خميرة مذوبة في ماء فاترة

طريقة التحضير:

نخلط المواد ونحرّكها ونعجنها ثم نتركها ترتاح مدّة ساعة ونصف الساعة حتى يكبر حجمها..

نحمي الفرن على درجة حرارة متوسّطة (200م)

ونحفر قالباً للفرن مثل قالب الكاتو المستطيل الشكل وندهن قعره (أي أرضه) وجوانبه بالزبدة ونرش الطحين عليه ثم نضع العجينة داخله وندخله الفرن حتى يصبح لون العجينة ذهبياً ويشقّر.

ملاحظة: يجب أن نجرح وجه العجين بالسكين قبل إدخاله الفرن.

يقدم مع هذا النوع من الخبز:

صلصة الكزبرة مع الحبق والصنوبر المطحون

100 غ صنوبر مطحون

باقة حبق مفروم ناعماً

زيت زيتون

نخلط الصنوبر مع زيت الزيتون ويدهن على قطع الخبز.

المقادير:

كوب حليب

كوبان من الماء

6 ملاعق طعام زبدة

ملعقة طعام صغيرة ملح

1 1/2 ملعقة طعام خميرة

4 ملاعق سكر

5 أكواب طحين أبيض

طريقة التحضير:

ندوّب الخميرة في ماء فاترة ونضاف إلى الطحين والحليب والملح والسكر والزبدة ثم نوضع في الخلاط

نوضع هذه العجينة في وعاء ونغطّيها بقطعة قماش مبللة بالماء ونتركها مدّة ساعة ونصف الساعة ثم ندعكها ونعجنها باليد ثم نقطعها قطعاً صغيرة دائرية بقياس الجوزة.

تدهن بصفار البيض الممزوج مع الحليب ونرشّ عليها حبة البركة ونضعها في الفرن على درجة حرارة (300م) ونتركها حتى تحمّر.





خبز مرفوف

المقادير:

3 أكواب من الطحين الأبيض

كوب طحين أسمر

كوب ونصف حليب فاتر

نصف كوب زيت زيتون

ملعقة خميرة مذوبة

ملعقة صغيرة سكر

1 1/2 ملعقة ملح

طريقة التحضير:

نخلط المقادير ونحرّكها ونعجنها ثم نتركها ترتاح مدّة ساعة كاملة.. بعدها نعيد العجن ونقطعها قطعاً كالكرات الصغيرة ونغطها في الطحين.

نستعمل الشوبك ونمدّ العجينة كل واحدة على حدة.

نحضر مقلاة كبيرة ونضع كل قرص لوحده على النار ونقلّبه على الطرف الآخر حتى يشقّر.

كحك مالح

المقادير:

5 أكواب من الطحين

كوبان من الماء

1/2 كوب زيت نباتي

ملعقتان من الحليب

1 1/2 ملعقة صغيرة ملح

كوبان من الزبدة المذوبة

1/2 كوب حبة بركة

صفارا بيضتين

ملعقتان صغيرتان من الحليب

3 ملاعق صغيرة باكنغ باودر

طريقة التحضير:

نخلط جميع المواد ما عدا صفار البيض ونضع غطاء عليها ونتركها مدّة ربع ساعة.

بعد عجن العجينة نقطعها ونبرم كل قطعة على حدة بشكل أصابع طويلة وندهنها بصفار البيض

ونضعها في صينية في الفرن على درجة حرارة (300م) حتى تشقّر من الأعلى والأسفل.

تقدّم مع المربى والجبنّة المجدولة المالحة.

خبز بالسمنة والقرفة

المقادير:

كوب ماء فاتر

ملعقة صغيرة خميرة فورية

3 ملاعق طعام سكر

كوبان من الطحين

بيضة واحدة

4 ملاعق طعام سمنة عربية (سمنة حموية)

ملعقة صغيرة ملح

ملعقتان سمسم محمص

1/4 كوب قرفة مطحونة

طريقة التحضير:

يخلط الطحين مع الماء الفاتر والسكر والملح والبيضة ونحرّك جيداً.

نضيف السمنة ونحركها مع الخليط ونتركه مدّة ربع ساعة..

يعجن الخليط ونتركه يرتاح ليشرّب السمنة

نضيف القرفة ونعجن العجينة مع قليل من الماء

نقطع العجينة ونرقها بالشوبك

نجعل سماكة الرغبة أسمك من الخبز العادي

نرش على كل قرص من رغيف الخبز طبقة من السمسم

نضعها في الصواني ونضعها في الفرن على درجة حرارة (200 م) ونتركها حتى يحمرّ سطحها.

تأخذ العجينة مدّة بين خمس دقائق- 7 دقائق.





كعك بالحليب

المقادير:

نصف كيلو طحين

كوب سكر

نصف كوب طحين (سميد ناعم)

كوب سمنة

فتجان زبدة + 3 ملاعق زيت نباتي

$\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة جوزة الطيب

$\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة مسكه مطحونة

كوبان من الحليب الفاتر

ملعقة باكينغ باودر

ملعقة خميرة

طريقة التحضير:

نخلط الطحين مع كوب سميد الناعم وجوزة الطيب والمسكة والزبدة والسمنة والزيت والخميرة والباكينغ باودر.

نصب الحليب الفاتر ونحرك المزيج فتحصل على عجينة.

نتركها ترتاح مدة نصف ساعة ثم نقطعها قطعاً ونرق كل قطعة بيدنا إلى قرص دائري، ندهن سطح كل قرص بالحليب.

نضعها في الصينية في الفرن على درجة حرارة (200م) حتى تشقرّ.



المربى

- 1- مربى الورد
- 2- مربى الكباد
- 3- مربى التفاح
- 4- مربى السفرجل
- 5- مربى الكرز
- 6- مربى التين الأخضر
- 7- مربى المشمش
- 8- مربى البلح الأصفر
- 9- مربى التين اليابس (المشف)
- 10- مربى الباذنجان
- 11- مربى المشمش صحاح (شكر بري)





مربى الورد

المقادير:

كيلو ورد
كيلو ليمون حامض
2 كيلو سكر

طريقة التحضير:

نأخذ ورق الورد ونجمعه في وعاء ثم نصب ماء بارداً عليه
نضيف إليه عصير 3 حبات ليمون ونتركه مدة ساعة..
ثم نخرجه من الماء ونصفيه.
نضع السكر في الوعاء ونضيف إليه كوبين من ماء الورد المنقوع ونتركه على النار حتى يغلي.
نضيف أوراق الورد إلى القطر ونجعل النار خفيفة مدّة 30 دقيقة ثم نضيف ما تبقى لدينا من عصير الليمون ونتركه يغلي ببطء مدّة 10 دقائق.
حين يبرد المربى نضعه في المرطبان ونغطّيه ونحفظه في مكان مظلم..

مربى الكباد^(١)

المقادير:

2 كيلو كباد
2 كيلو سكر
كيلو كلس

طريقة التحضير:

نغسل الكباد ونبرش القشرة بالمبرشة أو نقشره بالسكين وذلك أسهل
نقسم كل واحدة إلى قسمين وننظف قلبها من البذور
نأخذ كل نصف ونعصره بيدينا ونحتفظ بالحامض في وعاء
يمزج الكلس بالماء ونحركه ثم نضع الكباد داخله لمدة نصف ساعة
ثم نتخلّص من الماء ونخرجه من الكلس ونغسله عدّة مرات.
ونستمرّ بغسله بالماء البارد لكي نتخلّص من آثار الكلس.
نحضر قدرًا ونضع السكر داخله ونضيف مقدار كوبين من الماء ونحرّكه ونضعه على النار حتى يغلي. نضيف الكباد فوقه ونتركه على نار هادئة حتى
ينضج الكباد ويصبح طرياً
نضيف حامض الكباد الذي تركناه جانباً ونتركه يغلي معه مدّة ربع ساعة
ثم يوضع الكباد في المرطبان مع القطر
حين يقدّم نأخذ الكباد من المرطبان ونضعه في مصفاة حتى نتخلّص من القطر ثم نقطع الكباد قطعاً صغيرة ونقدّمها.

(١) الكباد: نوع من الحمضيات



مربي التفاح

المقادير:

كيلو ونصف تفاح

كيلو ونصف سكر

عصير حبتي ليمون حامض

طريقة التحضير:

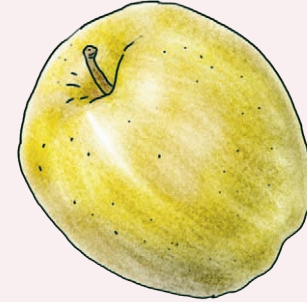
نغسل التفاح ونقطع كل تفاحة أربع قطع وننظفها من البزر

نضعها في وعاء فيه ماء وليمون ليبقى لونها أبيض

نسلق التفاح حتى ينضج

نضع السكر في الماء والليمون ونتركه على النار حتى يغلي ونضع التفاح ونترك الحرارة خفيفة حتى يغلي القطر ويصفر لون التفاح.

نعبئه في المرطبان ونحفظه في مكان جاف.



مربي السفرجل

المقادير:

كيلو سفرجل

كيلو سكر

عصير حبتي ليمون حامض

طريقة التحضير:

نغسل السفرجل جيداً ثم نقسم كل سفرجلة إلى أربعة أقسام وننظفها من البذور

نضع في قدر صفراً من السفرجل ونرش عليه السكر وصفاً ثانياً ونرش عليه السكر

ثم نصب فوقه الليمون الحامض

نتركه مدة 6 ساعات مع التحريك بالكفين

نضع القدر على النار ونتركه حتى يغلي ثم نخفف النار ونتركه حتى ينضج السفرجل

نتركه يبرد ونضعه في المرطبان.





مربى الكرز

المقادير:

2 كيلو كرز

2 كيلو سكر

3 ملاعق كبيرة حامض الليمون

4 أكواب ماء

طريقة التحضير:

يغسل الكرز ثم ننزع عوده والبزر مع المحافظة على شكل الكرز.

نضع الماء على السكر ونحرّكه ثم نضعه على النار ونحرّكه مع إضافة عصير الليمون

وعندما يصل إلى الغليان نسقط الكرز ونغليه مدّة ربع ساعة

نحضر صينية ونصبّ الكرز مع القطر داخلها ونغطّيها بقماشة شاش ونربطها بشكل جيد لنحمي المربى من الغبار.

نضعها في شرفة تدخلها الشمس بشكل دائم وكل يومين نرفع غطاء الصينية ونحرّك المربى إلى أن يمتزج القطر بالمربى مع الانتباه بشكل دائم إلى

نظافة الغطاء.

بعدها نضعه في المرطبان ونغطّيه بإحكام.

هذه هي الطريقة القديمة والأصلية.

أما اليوم، عصر السرعة وقلة الوقت، نستطيع صنع مربى الكرز بطريقة ثانية:

نخلط الكرز مع السكر ونتركه طوال الليل

نضع المزيج في قدر على نار خفيفة حتى تبدأ فقاعات تظهر ويصبح القطر سميكاً (كثيف)

نضيف حامض الليمون إلى القطر ونحرّكه جيداً أو نتركه 10 دقائق ثم ننزل المربى ونعبئه في مرطبان ونغطّيه ونتركه إلى حين الاستعمال.

مربى التين الأخضر

المقادير:

كيلو تين

كيلو سكر

ملعقتان كبيرتان عصير ليمون

4 ملاعق بذور سمسم محمّصة

طريقة التحضير:

نغسل التين وننشّفه الواحدة تلو الأخرى

نضع السكر مع كوبي ماء والليمون ونتركه يغلي ثم ننزل التين الواحدة تلو الأخرى ونحرّك بلطف وانتباه.

نتركه على نار خفيفة مدّة ساعة ونصف مع تنظيف سطح القطر من الرغوة البيضاء التي تظهر.

نضيف بذور السمسم ونخلطها مع القطر.





نضعه في المرطبان ونحفظه إلى حين تناوله.

مربى المشمش

المقادير:

2 كيلو مشمش

2 كيلو سكر

كوبان من الماء

¼ فتجان عصير ليمون حامض

طريقة التحضير:

يغسل المشمش ثم يقطع إلى قسمين وتأخذ البزرة

نرش ¼ السكر على المشمش وقليل من عصير الليمون ونتركه جانباً

نأخذ الكمية الباقية من السكر ونضيف إليها الماء وحامض الليمون ونتركها على النار حتى تغلي.

نضيف المشمش إلى القطر ونخفف النار ونتركه حتى ينضج المشمش ويصبح القطر متماسكاً.

نترك المربى حتى يبرد ونضعه في المرطبان ونقفل الغطاء.

مربى البلح الأصفر

المقادير:

30 حبة بلح كبيرة

4 عيدان قرفة

30 حبة لوز

30 حبة كبش قرنفل

¾ كيلو سكر

¾ كيلو ليمون حامض

طريقة التحضير:

يسلق اللوز ويقشر

تقشر حبات البلح وتسلق في الماء حتى تصبح طرية ثم توضع في المصفاة

نقدها البلح بالمنقارة بحيث نخرج نواة البلح من الداخل ونضع مكان النواة لوزة.

نضع حبات البلح في وعاء ونصب عليه السكر ونتركه طوال الليل.

في اليوم الثاني نضعه على النار ونتركه يغلي مع عيدان القرفة وعصير الليمون حتى يشتدّ القطر

نرفعه عن النار ونتركه ليبرد ثم نضعه في المرطبان ونضع غطاء المرطبان بإحكام.

تقدّم الحبات مع القريشة وذلك حسب الرغبة.



مربى الثير الجاف

المقادير:

- كيلو تين جاف
- 3 أكواب من السكر
- ملعقة من اليانسون
- 4 حبات من المسكة العربية
- 1 ½ كوب ونصف من السمس
- 2 ½ كوبان ونصف من نبات العطرة
- 3 أكواب من الماء
- ملعقة من بودرة حامض الليمون

طريقة التحضير:

تنقي التين ونفرمه فرماً خشناً
نحمص السمس ونتركه جانباً
ندق حبات المسكة مع السكر
نضع الماء والسكر والمسكة على النار ومعها أوراق العطرة والحامض.
عندما يغلي الماء مع السكر نضيف التين ونحرّكه حتى يغلي المزيج.
نتركه على نار خفيفة مدّة (30 دقيقة) مع التحريك بين الحين والآخر
نضيف اليانسون إلى المزيج ونحرّك
نضيف الجوز والسمسم ونحرّك
نرفع القدر عن النار ونسكب المربى في مرطبان زجاجي ونغلقه بإحكام
يقدم بارداً.

مربى الباذنجان

المقادير:

- كيلو من الباذنجان الصغير
- ½ كوب عصير ليمون
- 8 أكواب من السكر
- 5 أكواب من الماء
- كوب من الكلس

طريقة التحضير:

يزال عنق الباذنجان وينقر بالمنقارة (لب واحد فقط)
ينقع الكلس حتى يذوب بعشرة أكواب من الماء ويحرّك جيداً
يترك ماء الكلس حتى يصفى ويرسب الكلس في قعر القدر
يضاف ماء الكلس الصافي إلى الباذنجان المنقور ويترك طوال الليل
يغسل الباذنجان عدّة مرات بالماء ويصفى جيداً
ثم نضع فوقه قطعة قماش لتمدّص الماء المتبقّي
نحضّر القطر فيوضع السكر والماء والحامض في قدر ويحرّك ثم يوضع على نار خفيفة ويحرّك القطر حتى يغلي.
يترك القطر يغلي مدّة خمس دقائق ثم يضاف الباذنجان ويحرّك حتى يغلي مع التحريك بين الحين والآخر مدّة 30 دقيقة.
يصبّ في المرطبان ويحفظ
عند تناوله يحشى الباذنجان بالجوز ويرش عليه كبش القرنفل والقرفة المطحونة.

مربى المشمش صلاح مربى المشمش

صحاح (شكر بري)

المقادير:

- 2 كيلو مشمش قياس كبير
- 2 كيلو سكر
- ½ كوب من ماء الكلس
- ¼ فتجان عصير ليمون حامض

طريقة التحضير:

نغسل المشمش ونأخذ شوكة طعام ونغز أطرافه
ثم نضع المشمش في ماء الكلس مدّة ساعتين
نغسل المشمش عدّة مرات
نضع ¼ كمية السكر عليه ونتركه مدّة 3 ساعات
نذوب السكر الباقي في الماء ونضعه على نار خفيفة ونحرّك حتى يذوب السكر ونضيف ماء الليمون
نضيف المشمش فوقه ونتركه يغلي مدّة ربع ساعة حتى يذبل المشمش قليلاً ويصفرّ لونه.
نحضر صينية من الستانسل ستيل أو صينيّة مطلية نحاس
ونضيف المشمش ونصب عليه القطر ونغطّيه بقماشة شاش ونعرّضه لاشعة الشمس مدّة 10 أيام مع التحريك كل يومين إلى أن يتخمّر المربى.
نصبّه في مرطبانات بلور ونحكم غطاءه.

المشروبات

(12) عصير الكرز

(13) شراب التوت

(14) شراب اللوز

(1) القهوة العربية

(2) الليموناضة

(3) شراب التفاح

(4) شراب الورد

(5) عصير الجلاب

(6) شراب الرمان الحامض

(7) عصير الرمان

(8) شراب البرتقال

(9) شراب تمر الهندي

(10) شراب قمر الدين

(11) شراب البذورات





القهوة التركية (القهوة العربية)

المقادير:

4 ملاعق صغيرة من البن

2ملعقتان صغيرتان من السكر

3 أكواب صغيرة من الماء

طريقة التحضير:

يوضع الماء مع السكر في إبريق القهوة ويحرّك جيداً

يضاف البن إلى الماء والسكر ويحرك على نار خفيفة حتى يغلي

نرفع الإبريق عن النار ثم نعيده ثانية..



الليموناضة

المقادير:

3 أكواب من عصير الليمون الحامض

2 1/2 كوب سكر

3حبات ليمون حامض مفرومة قطعاً

كوبان من الماء

ملعقتا طعام ماء الزهر

طريقة التحضير:

نفرك الليمون الحامض مع السكر ونتركه جانباً

نسخن كوبين من السكر مع كوب ماء على النار ونتركه حتى يذوب السكر ويغلي ونتركه حتى يبرد

نخلط الليمون الحامض مع السكر مع القطر الذي حضرناه مع ماء الزهر ونحركه جيداً ثم نضعه في البراد حتى يبرد

عند تحضير الليموناضة للشرب نسكب كمية من المشروب السابق ونضيف إليها الكمية نفسها من الماء البارد ونحرّكه جيداً ونضيق القليل من الثلج

المكسّر على سطح الكوب..

شراب النفل

المقادير:

5 تفاحات

3/4 كوب سكر

طريقة التحضير:

يغسل التفاح ويقشر وتترزع منه البذور ثم يوضع في الخلاط ويعصر

ثم يقدّم الشراب بارداً ويقدّم بعد عصره مباشرة لأن لونه يتغيّر.





شراب الورد

المقادير:

كوب ماء ورد

كوب ماء

كوبان سكر

ملعقة طعام عصير ليمون

طريقة التحضير:

نخلط السكر مع الماء وعصير الليمون ونغليه على النار حتى يذوب السكر

نتركه حتى يبرد ونضيف إليه عصير الورد ونحرّكه جيداً ثم نحفظه في البراد.

عند تناول العصير نضع:

ربع المقدار من هذا العصير ونضيف إليه $\frac{3}{4}$ ماء بارد ونضيف إليه ملعقة من الصنوبر المنقوع في الماء.

عصير الجلاب

المقادير:

كوبان من زبيب

كوبان من دبس العنب

$\frac{1}{4}$ كوب ماء ورد

كوب ورّيع سكر

6 أكواب ماء

صنوبر وزبيب منقوع للتقديم

طريقة التحضير:

تنقع الزبيب في كوبين من الماء مدّة 24 ساعة

نطحن الزبيب المنقوع مع الماء في الخلاط ونضيف إليه الماء المتبقي لدينا..

نضيف دبس العنب وماء الورد إلى الزبيب والسكر ونحرّكه حتى يذوب السكر

بعد ذلك نضع هذا المزيج في كيس من القماش ونتركه يصفى على مهل في قدر موضوع تحت الكيس

نضع البخور على الحجر ثم ننتبه على القدر

ونغطي القدر والبخور في قطعة قماش كبيرة بحيث تحبس ريحة البخور بعد مرور ساعة.

يبرد الجلاب ونضعه في البراد

يقدم شراب الجلاب بارداً مع الصنوبر المنقوع وقليل من الزبيب المنقوع.



شراب الرمان الحامض

المقادير:

5 كيلو رمان حامض

طريقة التحضير:

تنظف الرمان وتأخذ الحبوب ونضعها في الخلاط لمدة قصيرة حتى لا ينهرس البزر

يصفى الرمان في المصفاة

تأخذ العصير ونضعه في قدر ونتركه يغلي ونحرّكه بين الحين والآخر حتى يجمد..

يرفع عن النار ونصبه في زجاجات بلور نظيفة ونتركه يبرد ثم نضع الغطاء للزجاجة

عند تقديمه نضع 3 ملاعق من الشراب في الكوب ونملأه ماء ونحرّكه ونضيف 3 نقط من ماء الورد.

عصير الرمان

المقادير:

8 حبات من الرمان

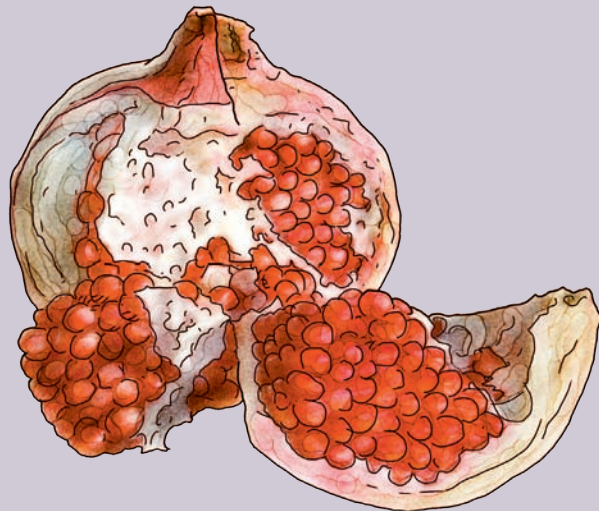
طريقة التحضير:

يفسل الرمان ونقسم كل واحدة إلى قسمين وذلك بعد التقشير

تأخذ حب الرمان ونضعه في المصفاة ونعصره باليد

ونحصل على عصير الرمان

يوضع في البراد ويقدّم بارداً.



شراب البرتقال

المقادير:

8 أكواب عصير برتقال

12 كوب سكر

ربع كوب بشرة قشر البرتقال

ربع كوب بشرة الليمون الحامض

عصير حبي ليمون حامض

طريقة التحضير:

نضع بشرة الليمون مع بشرة البرتقال مع كوب من السكر ونحركها ثم نضيف إليها عصير الليمون

ونضعها في قدر صغير على نار خفيفة حتى يذوب السكر

نتركها تبرد

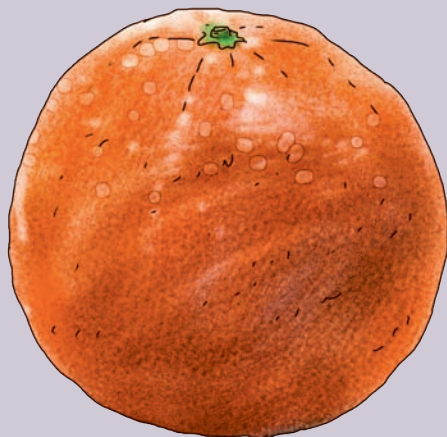
نضيف عصير البرتقال إلى السكر ونحرّكه جيداً ثم نضيف إليه البشرة ونحرّكه.

ونتركه يومين وكل ساعة نحركه حتى يصبح الشراب متجانساً ونعبئه في زجاجات ونحفظه.

عند استعمال الشراب

نضع في كوب كبير 4 ملاعق طعام من الشراب ونضيف إليها مقدار $\frac{3}{4}$ كوب ماء ونحرّكه جيداً ونضيف إليه قليل من الثلج المجروش. ويشرب عادة

في الصيف أيام الحرّ.





شراب تمر الهندي

المقادير:

كوب من التمر الهندي
8 أكواب ماء

طريقة التحضير:

ينقع تمر الهندي في الماء طوال الليل
ثم يعصر ويصفى العصير ويوضع في البراد
نضيف إليه عدّة قطرات من ماء الورد عند التقديم
يقدم بارد جداً.

شراب قمر الدين

المقادير:

3 أكواب من قمر الدين
كوبان من السكر
 $\frac{1}{4}$ كوب ماء الزهر

طريقة التحضير:

يقطع قمر الدين وينقع ليلة كاملة في الماء
يعصر قمر الدين ونضيف إليه السكر وماء الزهر ويحرك جيداً ثم يوضع في البراد ويقدم بارداً.





شراب البذوراث

المقادير:

400 غرام بزر بطيخ أصفر

2 كيلو حليب

3 أكواب سكر

ملعقة صغيرة قرفة

ملعقة طعام فانيليا

طريقة التحضير:

نغسل البزر وتنشّفه تحت أشعة الشمس أو في الفرن

نضع مقلاة على النار ونحمّص البزر حتى يشقّر

نطحن البزر في الطاحونة ونتركه جانباً

نضع الحليب في القدر على النار ونتركه حتى يغلي

نترك الحليب يبرد

نضيف إلى الحليب السكر ونحرّكه ثم نضيف البزر المطحون مع الفانيليا ونضعه في الخلاط مدة 5 دقائق

ثم نضع الخليط في البراد حتى يبرد

نضيف الثلج المبروش إلى الشراب عندما نشربه ونرش رشّة قرفة على سطح الكوب..

هو شراب لذيذ الطعم.

عصير الكرز

المقادير:

6 ملاعق طعام مربى الكرز

3 أكواب ماء بارد

¼ كيلو كرز

½ كيلو سكر

عصير حبة ليمون حامض

طريقة التحضير:

نذوّب السكر في الماء البارد ونضيف مربى الكرز ونحرّكه جيداً مع عصير الليمون.

نغسل الكرز وتنظّفه من البزر ونخلطه مع العصير ونضعه في البراد

ويقدّم في أكواب مع ثلج مكسر..





شراب التوت

المقادير:

3 أكواب من عصير التوت

2 1/2 كوب سكر

طريقة التحضير:

نضع التوت في خلاطة كهربائية مدّة 3 دقائق

ثم نضبه في كيس من القماش (الشاش)

نأخذ عصير التوت ونضعه في وعاء فخار ثم نضيف لكل كوب عصير كوبين من السكر

نضع المزيج على النار حتى تغلي

نزِيل الرغوة عن الوجه ونحرّك بمعلقة خشبية مدّة 30 دقيقة

نضبه في زجاجات جافّة ونتركه من دون غطاء حتى يبرد ثم نغطّي الزجاجات

عند تقديمه نضع 1/2 الكوب عصير التوت والنصف الآخر ماء مثلّج.

شراب اللوز

المقادير:

نصف كيلو لوز منقوع

نصف كيلو سكر

كيلو حليب مغلي ومبرّد

طريقة التحضير:

نسلق اللوز ونقشره ثم نطحنه في الطاحونة

يخلط مع السكر ونتركه يغلي على نار خفيفة حتى يذوب السكر.

ثم نضع اللوز مع السكر في قدر ونضيف إليه الحليب رويداً رويداً.

ونحرّك مع وضع كمّية من الثلج ونحرّك باستمرار حتى تظهر على وجه القدر رغوة، تضاف إليه ملعقة من ماء الزهر.

ثم يقدم للشراب.

ملحظة:

في وقتنا الحاضر ومع إمكان استعمال الخلاط الكهربائي، يمكن وضع اللوز والسكر والحليب وخلطهم في الخلاط مدّة 20 دقيقة مع وضع الثلج أيضاً.

يقدم هذا الشراب في الأفراح وهو لذيذ الطعم.

الحلويات العربية

- 29- المقلي
- 30- كعك بالتمر
- 31- كرايبج
- 32- تحضير الناطف
- 33- معمول بالفستق
- 34- معمول الجوز
- 35- عربية
- 36- السفوف
- 37- البرازق
- 38- حلوى الزنكل
- 39- بالوظة قمر الدين
- 40- غلوة
- 41- الزردة

- 1- صنع القطر
- 2- القشوة الاصطناعية
- 3- كنافة بالقشطة
- 4- كنافة ام النارين
- 5- كنافة المفروكة
- 6- كلاج (نيء)
- 7- كنافة بالجبنه
- 8- تحضير عجينة القطايف
- 9- قطايف اللبة (الشمندور)
- 10- السبلات
- 11- قطايف بالقشطة
- 12- البقلاوة
- 13- حلاوة الجبن
- 14- الشبك
- 15- الشعبيات
- 16- عيش السرايا
- 17- العوامة
- 18- سليقة (قمح)
- 19- حبوب
- 20- مامونيه
- 21- سحلب
- 22- أرز بالحليب
- 23- بالوظة البرتقال
- 24- أرز بحليب مبطن
- 25- مهلبية بالأرز
- 26- المهلبية بالنشاء
- 27- هيطلية
- 28- نمورة (هريسة)





كنافة بالفشة

المقادير:

- نصف كيلو عجينة كنافه (جاهزة)
- 100 غ سمنة حموية
- نصف كيلو قشطة (حليب طازج)
- 100 غ فستق مقطع قطعاً صغيرة
- 250 غ قطر

طريقة التحضير:

نضع السمنة في وعاء كبير على النار وتضاف إليها الكنافه بعد أن نكون قد فرقناها بأصابعنا نقلب العجينة بشكل دائم حتى تحمرّ نضيف القطر إليها ونقلبها نقسم الكمية إلى قسمين متساويين نضع القسم الأول في الصينية ونضع القشطة عليه ثم نضع القسم الثاني على وجه القشطة ونضع ما تبقى من قطر. نضعها في الفرن مدّة خمس دقائق ثم نرشّ الفستق عليها ونقطّعها مربّعات وتقدّم.

صنع الفطر

المقادير:

- 6 فجاجين سكر
- كوبان من الماء
- ملعقة صغيرة عصير الليمون
- 1/2 ملعقة ماء الزهر

طريقة التحضير:

يوضع الماء في القدر ويضاف إليه السكر يوضع على نار خفيفة ويحرّك باستمرار حتى يذوب السكر وتظهر الرغوة على وجه القطر. تزال الرغوة ويترك حتى يغلي مدّة خمس دقائق على النار. يضاف عصير الليمون إلى القطر قبل رفعه عن النار ب دقيقتين بعد رفعه عن النار نضيف إليه ماء الزهر ونحرّكه.

الفشدة الاصطناعية (الفشة)

المقادير:

- 5 أكواب من الحليب
- 3/4 كوب من الدقيق الأبيض
- ملعقتان من ماء الورد
- ملعقة من ماء الزهر

طريقة التحضير:

نخلط الحليب مع الدقيق بشكل جيد نضع المزيج في قدر على نار خفيفة نحركه باستمرار حتى لا يصبح الحليب كتل ونضيف ماء الورد وماء الزهر ونحرّك جيداً بعد أن يغلي المزيج نسكبه في وعاء. بعد ثلاثة دقائق تكون القشدة بدأت بالتشكّل فنأخذ ملعقة ونحفظها في جاط ثان وكل ما تتكون قشدة نأخذها وهكذا حتى نحصل على القشدة.





كنافة أم النار

المقادير:

نصف كيلو عجينة كنافة

200 غ سمينة بلدية

نصف كيلو لبة (الشمندور)

100 غ فستق حلبي مطحون

كوب من القطر

طريقة التحضير:

توضع السمينة على النار وتضاف إليها عجينة الكنافة بعد أن نفتحها برؤوس الأصابع ونقلبها قليلاً على النار.

نضيف كمّية القطر ونحرّكها ثم نقسم الكمية إلى قسمين

نضع القسم الأول في صينية ونضع اللبة ثم القسم الثاني من عجينة الكنافة ونضع ما تبقى من القطر

تقطع الكنافة بالسكين بتأنٍ على شكل مربعات..

نضعها في الفرن ونحميه من الأعلى والأسفل في آن واحد مدّة ربع ساعة وعندما يحمرّ لون الكنافة تصبح جاهزة.

تزيّن بالفستق الحلبي وتقدّم.





كنافة مفروكة

المقادير:

1 كيلو عجينة كنافة مفروكة

ربع كيلو جزر مفروم ناعماً

ربع كيلو لوز مقشور

100 غ صنوبر

300 غ سمنة حموية (سمنة بلدية)

250 غ سكر

طريقة التحضير:

نحمّر الصنوبر ثم اللوز والجوز في السمنة ونتركها جانباً.

توضع السمنة في الوعاء ويستحسن أن تكون صينية كبيرة وتوضع على نار خفيفة.

نفتح العجينة بيدنا ونسقطها في السمنة ونقلب بأطراف الأصابع ويستعان بملعقة كبيرة حتى تسخن العجينة لمدة ربع ساعة نملاً قبضة اليد

بالكنافة المفروكة ثم نفتح اليد إذا تبعثرت حبات الكنافة يعني ذلك أنه يجب أن نخفّف النار وندور الصينية على النار ونحن نقلب الكنافة بأصابعنا

إلى أن تتحمّر ويصبح لونها ذهبياً. يجب الانتباه كي لا تتركها تتعمّر.

نصب السكر فوق الكنافة وأيضاً القرفة ونحرّكها ثم نصبها في الجاط ونضع الجوز واللوز والصنوبر المحمص على الوجه..

تقدّم ساخنة.

كلاج نريء

المقادير:

200 غ من رقاق الكلاج

1/2 كيلو من القشطة

3/4 ملعقة كبيرة سكر

ملعقتان من مربى الورد

ملعقة طعام ماء الزهر

ملعقة طعام ماء الورد

فستق حليبي مطحون

طريقة التحضير:

نقطع رقاق الكلاج كل واحدة إلى قطعتين

نخلط الحليب مع السكر وماء الورد وماء الزهر

نغطس رقاق الكلاج في الحليب والسكر ثم نضعها على كف اليد

نضع مقدار ملعقتي طعام من القشطة عليها ثم نغلق الرقاقة ونجعل شكلها كالصرة ثم نضعها في صحن صغير مبلّل بالحليب ونقلبها.

في طبق التقديم نزيّن كل واحدة بالفستق الحليبي ومربى الورد.



المقادير:

1 كيلو عجينة كنافة مفروكة

1 كيلو جبنة (حلوة من دون ملح)

230 غ سمنة أو زبدة

مقادير الفطر:

كوبان من الماء

1/2 ملعقة صغيرة عصير الليمون

1/2 كوب ماء الزهر

طريقة التحضير:

توضع العجينة المفروكة في وعاء كبير على نار متوسّطة وتصبّ السمنة فوقها ونقلب بأطراف الأصابع بمساعدة ملعقة كبيرة حتى تسخن العجينة

لمدّة ربع ساعة

تملاً قبضة اليد بالكنافة المفروكة ثم تفتح اليد فإذا تبعثرت حبات الكنافة تكون جاهزة للخبز

تقطع الجبنة إلى شرائح سماكتها نصف سنتمر وتتقع في الماء بضع دقائق ثم تغسل مرة أخرى وتصفى.

تسكب المفروكة فوق الصينية المدهونة بالسمنة بالتساوي وتقدر مساحة الصينية وبسماكة واحد سنتمر.

توضع الصينية على نار متوسّطة وتدار فوقها النار دائرياً حتى تحمر الطبقة السفلى من المفروكة من جميع الجهات.

نرتب الجبنة فوق المفروكة بعد رفعها عن النار ثم تغطّى طبقة الجبنة بطبقة رقيقة من المفروكة وتوضع الصينية الصغيرة فوق صينية المفروكة

وتغطّى الكنافة كلياً.

تقلب الصينية الكبيرة بانتباه فوق الصينية الصغيرة الملاصقة لها وبعد قلبها فوق الصينية الصغيرة توضع الصينية على النار وتدار مدّة ربع

ساعة.

نسخّن القطر ونصبّ القليل منه فوق الكنافة ثم تقطع وتقدّم.

كنافة بالجبنة



عمل عجينة الفطائف

المقادير:

3 ملاعق طعام طحين

فتجان سكر

3 ملاعق طعام حليب بودرة

فتجان زيت

6 أكواب ماء ملعقتان صغيرتان خميرة

1/2 ملعقة باكنغ باودر

ملعقة صغيرة ملح

بيضتان

طريقة التحضير:

تذوب الخميرة ونخلط جميع المواد في خلاط كهربائي ونتركها مدة نصف ساعة لترتاح..
نحضر مقلاة ذات أقراص ونوضع العجينة داخل الأقراص في المقلاة وتحمّر العجينة من وجه واحد فقط
بعدها نتركها تبرّد وتحشى بالحشوة المطلوبة.

فطائف اللبّ (الشمندور)

المقادير:

كيلو قطايف متوسطة الحجم

1/2 كيلو لبّ (الشمندور)

3/4 كوب من السمّنة (السمّنة البلدية)

ملعقتان صغيرتان قرفة ناعمة

طريقة التحضير:

يحشى كل قرص من القطايف بملعقة طعام من اللبّ
يطوى القرص ونضغط عليه بالأصابع جيداً..
يدهن كل قرص بالسمّنة ونضعه في الصينية المعدّة للخبز
توضع الصينية في الفرن الساخن على درجة حرارة (200م) حتى يصبح لون القطايف أحمر.
تغطس الأقراص في القطر الساخن وتقدّم ساخنة وترشّ عليها القرفة.

ملاحظة: يمكن أن تكون حشوة القطايف الجوز المدقوق مع السكر وماء الزهر.

كذلك يمكن أن تكون حشوة القطايف الجوز والقشطة.





السيالات

المقادير:

3 أكواب من الطحين

فتجان سكر

فتجان زيت

3 ملاعق حليب بودرة

6 أكواب ماء

ملعقتان صغيرتان خميرة

1/2 ملعقة باكنغ باودر

ملعقة صغيرة ملح

بيضتان

1/2 ملعقة قرفة مطحونة

4 ملاعق سكر

5 ملاعق طعام من السمنة (السمن الحموي)

تحضير العجينة:

ندوّب الخميرة ونضيف كأس ماء فاترة

نخلط العجينة مع كل المواد المذكورة ما عدا (4 ملاعق السكر و6 ملاعق طعام من السمن)

نضيف الخميرة ونحرّك المزيج ثم نضعه في خلاط اليد والأفضل في الخلاط الكهربائي

ونتركه مدة نصف ساعة ليرتاح.

بعدها نضع خليط العجينة في مقلاة كبيرة ويطمّر من وجه واحد فقط.

نلاحظ أن وجه العجينة ينتفخ ونتركها حتى تبرد.

طريقة طهي السبلاّت:

نحمّر السمنة في مقلاة كبيرة ونضع قرص السبلاّت فوقه ونحمّره ونقلّبه على الوجهين حتى يصبح لونه ذهبياً.

نضعه في صحن ونرش عليه السكر والقرفة وهكذا حتى ننهي الأقراص.

ملحظة: نستطيع استبدال السكر بالعسل.

المقادير:

3 أكواب طحين

كوبان من الماء

كوب من الحليب

ملعقتان باكنغ باودر (صغيرة)

ملعقة سكر

ملعقتان ماء الزهر

رشة ملح صغيرة

زيت للقلي

القطر (ذكرت طريقة صنع القطر في الصفحات السابقة)

البشوة: مقدار نصف كيلو قشطة

طريقة التحضير:

نضع الطحين مع الماء والحليب والباكنغ باودر والسكر والملح ونخلطها جيداً

ثم نقطع العجينة قطعاً صغيرة ونفردها باليد ونضعها في الطواية لتشوى قليلاً ثم نتركها حتى تبرد.

نأخذ كل قطعة ونضع فيها القشطة مع ماء الزهر ونغلقها بشكل مثلث ونلزقها بالأصابع ثم نضعها في الصينية.

نحمّي الزيت ونقلي القطاّثف بالزيت حتى تحمّرّ ويصبح لونها ذهبياً.

نغطّها في القطر الجاهز.

فطائف الفشة



البقلاوة

مقادير الحشوة:

- كوبان من السمنة
- 4 أكواب من الجوز المفروم ناعماً
- كوب من السكر
- ½ كوب من الفستق الحلبي (الناعم)

مقادير عجينة البقلاوة:

- كوبان ونصف طحين
- رشة ملح
- 3 ملاعق صغيرة زيت نباتي
- ¼ كوب ماء فاترة
- صفار بيضتين
- ملعقة صغيرة قرفة
- ملعقتان نشاء

صنع العجينة:

نخلط مكونات العجينة لنحصل على عجينة لينة
نقسم العجينة إلى 12 قطعة ونجعلها كرات صغيرة
نرق العجينة بشكل مستطيل لتصبح رقيقة جداً كالورقة
نفرد العجينة ونضع نشاء ونضع الثانية ونرقها مرة ثانية، وهكذا تصبح العجينة جاهزة.

تحضير العجينة

ندوّب السمنة على نار خفيفة ونمسح قعر الصينية بالسمنة
نضع العجينة في الصينية ونمسحها بالسمنة بواسطة الفرشاة
نضع رقاقة ثانية من العجينة ونمسح بالفرشاة بالسمنة وهكذا حتى يصبح عدد الرقائق 6
نضع الجوز فوق الرقاقة ويمدّ بالتساوي ونصب ربع كوب سمنة فوق الجوز
نضع رقاقة فوق الحشوة وتدهن بالسمنة وهكذا نوضع الرقائق وتدهن بالسمنة حتى يصبح عدد الرقاق 12 فوق الحشوة تبلّ اليد بالماء وتمسح فوق الرقاقة ثم نضع السمنة فوق الرقاقة ونمسحه جيداً
تقطع البقلاوة بسكين حاد جداً
توضع الصينية في فرن حار درجته (325م) مدّة نصف ساعة ثم ترفع حرارة الفرن إلى (450م) مدّة خمس دقائق إلى أن يصبح لون البقلاوة ذهبياً
ترفع الصينية من الفرن ويضاف القطر إلى البقلاوة وهي ساخنة.
نزيّن البقلاوة بالفستق الحلبي الناعم وتقدّم باردة.



حلاوة الجبن

المقادير للفطر:

- كوب ونصف سكر
- كوب ماء
- $\frac{1}{2}$ ملعقة عصير ليمون
- ملعقة ماء الورد
- 1 $\frac{1}{2}$ ملعقة ماء الزهر

مقادير الحلاوة:

- كيلو ونصف جبنة عكاوي
- كوب من السميد
- كيلو من القشوة
- $\frac{1}{4}$ كوب من مربى زهر الليمون
- كوب ونصف ماء
- $\frac{1}{2}$ كوب من الفستق الحلبي

طريقة التحضير:

نحضر القطر بوضع الماء مع السكر على النار ويحرّك حتى يبدأ بالغليان نضيف عصير الليمون ونخفّف النار ونترك المزيج يغلي مدّة 10 دقائق بعدها نضيف ماء الورد وماء الزهر ونتركه جانبا.

تحضير الحلاوة:

نقطع الجبنة ونضيف إليها الماء البارد ونغسلها ونتركها في الماء ونغير الماء كل ربع ساعة حتى تصبح الجبنة حلوة المذاق أي خالية ملح. نصفيها ثم نضع الماء والسكر على النار ونتركها حتى تغلي نضيف السميد ونحرّك بملعقة الخشب نضيف الجبنة وماء الورد ونحركه حتى يصبح الخليط كالعجينة. نحضر قطعة من النايلون ونبللها بالماء ثم نمدّ عليها العجينة بحيث تصبح سماكة العجينة أقلّ من ربع سنتم ونقطّعها مربعات 8×8 / سنتم وذلك باستعمال السكين.

نحشي كل قطعة بالقشوة ثم نلفها ونطويها من الطرفين. نصفّ أصابع حلاوة الجبن في طبق كبير ونزيّنّها بزهر الليمون والفستق الحلبي.

المقادير:

- كوب ونصف من الطحين
- كوب طحين ذرة (نشاء)
- ملعقة ونصف خميرة
- 3 أكواب ماء فاترة

طريقة التحضير:

ندوب الخميرة في الماء الفاترة يوضع الطحين في وعاء ونضيف إليه النشاء مع الخميرة المذوّبة والماء ونعجن الطحين باليد لنحصل على عجينة رخوة.. نحمي الزيت في المقلاة نضع العجينة في كيس حلويات له رأس معدني ونضغط على الكيس فتسقط العجينة مباشرة من الكيس بأشكال دائرية. بعد القلي نضع المشبك في القطر البارد.

المشبك





الشعبيات

مقادير العجينة:

- كوبان من الطحين
- رشة ملح
- $\frac{1}{2}$ كوب ماء فاترة
- ملعقتان زيت نباتي
- كوبان سمّنة مذوّبة
- $\frac{1}{2}$ كوب سكر ناعم
- $\frac{3}{4}$ كوب نشاء

المقادير:

- حشوة الشعبيات
- كيلو قشطة
- كوبان من السكر الناعم
- $\frac{1}{4}$ كوب فستق حلبي مطحون
- 3 أكواب سمّنة
- 4 أكواب قطر

طريقة تحضير العجينة:

نخلط الطحين مع الملح والزيت والماء ونحرّكه جيداً ثم نعجنه باليد لنحصل على عجينة طرية نقسم العجينة إلى 10 أقسام ونجعل كل قسم كرة صغيرة نرش النشاء على الرف الخشبي ونرقّ العجينة بشكل رقائق رقيقة جداً وشفافة نضع 10 طبقات ونضع القشطة في الوسط وعليها ماء الزهر وماء الورد ونطوي الزوايا الأربع بشكل متعاكس. نصف الشعبيات في الصينية ونغمرها بالسمّنة وندخلها الفرن على درجة حرارة (300م) مدّة 30 دقيقة ثم نصفي السمّنة عن الصينية ونغط كل واحدة في القطر الساخن ونخرجها من القطر ونضعها في الطبق ونرش عليها الفستق الحلبي المطحون والسكر الناعم.





عيش السرايا

المقادير:

رغيف من الخبز الإفرنجي وزنه كيلو

كيلو ونصف من القشطة

3 أكواب من السكر

3 أكواب من الفستق الحلبي

¼ كوب من ماء الزهر

طريقة التحضير:

ننزع قشرة الخبز الخارجية ونأخذ القلب ونقسمه بالسكين إلى قسمين

نمسح كل قسم في طبق

نضع ماء مع السكر في قدر على نار هادئة حتى يجمّر ويذوب ويصبح لونه بنياً

نصب هذا السكر فوق الخبز بالتساوي

نرق الخبز باليد المبلولة بالماء ونضعه على النار قليلاً

نقطع الفستق قطعاً صغيرة، نضع القشطة فوق القسم الأول مع ماء الزهر ونضع القسم الثاني فوقه

ونمد براحة يدنا حتى يتماسك مع بعضه

نضيف بقية ماء الزهر فوق القسم الثاني ونمدها بيدنا

نضعها في البراد مدة ساعتين وقبل التقديم نرش الفستق الحلبي الناعم.

تقدّم باردة..

المقادير:

4 أكواب دقيق عادي

3 أكواب ماء

1 ملعقة صغيرة خميرة (مذابة في ملعقتي طعام من الماء الفاترة)

رشة ملح

5 أكواب زيت نباتي (لقلي العوامات)

طريقة التحضير:

بعد تذويب الخميرة نتركها جانباً مدّة 10 دقائق

ينخل الطحين ويرش الملح عليه وتضاف الماء والخميرة المذابة ويعجن جيداً..

نضرب العجين باليد حتى يلين ويصبح متماسكاً ثم نغطّيه بقماشة مبلّلة بالماء ونتركه مدّة 4 ساعات إذا كان الطقس دافئاً. وإذا كان الطقس بارداً

نتركه طوال الليل حتى يتضاعف حجمه

نضرب العجين باليد حتى تختفي الفقاعات منه.

يوضع الزيت في وعاء عميق ونضعه على نار متوسّطة الحرارة.

عندما يغلي الزيت توضع في قبضة اليد قطعة من العجينة ثم يضغط عليها بالأصابع حتى تخرج العجينة من بين الإبهام والسبابة، تقطع العجينة

الظاهرة بملعقة صغيرة إلى كرات صغيرة وتوضع بالزيت المقلي حتى يمتلئ الوعاء بالكرات.

تحركّ الكرات باستمرار حتى تحمّر من جميع الجهات وتصبح ذهبية اللون

ترفع الكرات من الزيت وتوضع في القطر حتى تتشربه ثم تقدّم.

العوامات (لحم)





سليقة

المقادير:

1/2 كيلو قمح مقشور

ملعقتان كبيرتان سكر

ملعقة كبيرة ماء الورد

3 ملاعق كبيرة ماء الزهر

3 ملاعق طعام دردر

ملعقة صغيرة قرفة مطحونة

فستق حليبي وجوز ولوز وجوز الهند مبشور

طريقة التحضير:

ينقّى القمح ويفسل جيداً وينقع في الماء طوال الليل.

يسلق على نار هادئة في الماء نفسه لمدة ساعة وتغطّى الطنجرة نصفياً

نحرّكه باستمرار ونزيد الماء كلما نقص حتى ينضج وتشف الماء عنه

يسكب القمح في جاط ويضاف إليه السكر وماء الزهر وماء الورد والقرفة ويحرّك جيداً

تقشر القلوبات وتوضع في الماء كي لا تشف

ويرش جوز الهند على وجه الجاط ثم يزيّن بالفستق والجوز واللوز والورد.

المقادير:

نصف كيلو قمح (حنطة) مدقوق

5 كيلو حليب غنم

نصف كيلو سكر

ملعقة كبيرة ماء الزهر

ملعقة كبيرة قرفة

250 غ لوز مقشور ومقطع إلى قطعتين

طريقة التحضير:

نغسل القمح بالماء البارد ويصفى ثم يسلق في الماء حتى ينضج

نطحن القمح في المطحنة اليدوية ونستخلص القمح من القشر

نتركه جانباً ونترك كمية فتجان من القشر جانباً

نغلي الحليب ونصب فوقه القمح المستخلص وأيضاً نضع فتجان القشر معه

ونحرّكه جيداً ثم نتركه على النار حتى يغلي ثم نخفّف النار ونتركه حتى يصبح المزيج متماسكاً

نضع السكر وماء الزهر ونحرّكه.

بعد أن يعقد المزيج نصبه في جاطات ونتركه حتى يبرد ثم نرش عليه القرفة ونصفّ اللوز على وجه.

حبوب



مأمونيه^(١)

المقادير:

- كوب سميد خشن
- كوبان من السكر
- 4 أكواب ماء
- 250 غ سمنة عربية (حموية)
- 200 غ قشطة بلدية
- ملعقة شاي قرفة
- 50 غ صنوبر
- ملعقة طعام فستق حليبي مطحون

طريقة التحضير:

توضع السمنة في القدر على النار ويوضع فوقها السميد مع 4 حبات صنوبر يقلّب المزيج حتى يحمرّ الصنوبر (يعني ذلك أن السميد صار جاهزاً) نحضر في الوقت نفسه (4 أكواب ماء + كوبين من السكر) ونحرّكه جيداً ونضعها على النار حتى تغلي
نصب السميد فوق الماء المغلي ونتركه على النار مدّة 3 دقائق ثم نغطّي الوعاء ونطفئ النار ونتركه مدّة خمس دقائق.
ثم نصبه في صحن عميق ونزيّنه بالقرفة والفستق الحليبي والصنوبر والقشطة تقدّم مع هذا الطبق مع الجبنة المجدولة أو الجبنة البيضاء والخبز العربي.

(١) طبق الخليفة العباسي المأمون





سحلب

المقادير:

- 7 أكواب حليب
- 1 ½ ملعقة طعام سحلب
- 2 ½ كوب سكر ناعم
- ملعقتا طعام ماء الزهر
- ملعقة طعام ماء الورد
- ½ ملعقة قرفة

طريقة التحضير:

يذوب السحلب في كوب حليب بارد
نسجّن كمية الحليب الموجود على النار مع السكر
وعندما يبدأ الغليان نصب السحلب فوق الحليب بالتدرّج
ونتركه مدة 10 دقائق ونحرّك بالملعقة الخشبية حتى نرى فقائيع تظهر على الوجه
نضيف ماء الورد وماء الزهر
ونصبّ السحلب في صحن ونرش عليه القرفة المدقوقة
يقدّم ساخناً مع الخبز العربي.

بوظة السحلب

الطريقة والمقادير نفسها وعند صب ماء الزهر وماء الورد نضيف ملعقة طعام مسكة مدقوقة ونحرّك ونرش عليها الفستق الحلبي المدقوق ثم
نصبّ في قالب وبعد أن تبرد توضع في الخلاط مدّة ربع ساعة ثم يصبّ في جاط ويزيّن بالفستق المقطّع قطعاً صغيرة وتوضع في الثلاجة مدّة 12 ساعة.

دز بالحليب

المقادير:

- 2 كيلو حليب غنم
- كوبان من الأرز (كوب صغير)
- سكر حسب الطلب

ماء الزهر

طريقة التحضير:

يوضع الحليب في الإناء على نار ونتركه حتى يصل إلى درجة الغليان.

نغسل الأرز بالماء البارد ونصبه فوق الحليب مع التحريك ونتركه على نار هادئة حتى ينضج الأرز ونضع السكر ونذوب حسب الطلب ونضع ماء
الزهر ونحرّكه من حين إلى آخر حتى نرى أن الأرز يظهر في وسط الوعاء، ما يعني أن الأرز بالحليب صار جاهزاً.
نصبه في صحن صغيرة ونتركه ليبرد ثم نضعه في البراد.

بالوظة البرنغال

المقادير:

- عصير 3 كيلو البرتقال
- ربع كيلو نشاء
- سكر حسب الطلب
- 100 غ جوز- 100 غ لوز مقشر - 100 غ صنوبر

طريقة التحضير:

يوضع العصير على النار
نذوب النشاء في قليل من الماء ونصبه على العصير بشكل بطيء مع التحريك الدائم
حتى نرى أن النشاء امتزج مع العصير
نضيف السكر ونتركه يغلي
ثم يصبّ المزيج في صحن..
ونتركه ليبرد ثم نزيّنه بقطع الجوز واللوز والصنوبر.

أرز بحليب مبطن

طريقة التحضير:

كما حضرنا الأرز بحليب ولكن من دون وضع سكر
عندما نصب الأرز بحليب نتركه ليبرد قليلاً ثم نصب فوقه كمية من البالوظة.

هو طبق مميّز ولذيذ.



مهلبية بالأرز المدفوق

المقادير:

2 كيلو ونصف حليب غنم كامل الدسم

4 ملاعق أرز مطحون

ملعقتان كبيرتان ماء الورد

½ ملعقة صغيرة من الهال المطحون

كوبان من السكر

100 غ لوز مقشور

100 غ فستق مطحون

طريقة التحضير:

نضع الحليب في القدر ونتركه حتى يغلي

نضيف الأرز بعد غسله بالماء البارد ونتركه يغلي مع الحليب حتى ينضج.

نصب السكر والماء والهال المطحون ونحرّك بشكل مستمر حتى يصبح المزيج متماسكاً.

نصبه في صحون صغيرة ونتركه حتى يبرد ثم نزيّنه بالمكسّرات (لوز وفستق مطحون).

المهلبية بالنشاء

المقادير:

400 غ حليب كامل الدسم (حليب غنم)

4 أكواب ماء

3 قطع مسكة مطحونة - فستق مقطّع - لوز مقشر

ملعقة كبيرة ماء الزهر

7 ملاعق كبيرة مستوية طحين الذرة (النشاء)

كوبان من السكر

طريقة التحضير:

نغلي الحليب في القدر وتضاف إليه المسكة وماء الزهر

يذوب طحين الذرة في الماء ونصبه على الحليب تدريجياً ونحن نحرك باستمرار ونترك المزيج يغلي مدّة 3-4 دقائق.

يصب في أطباق صغيرة ويترك ليبرد ثم يزيّن بالمكسرات والفستق المقطّع واللوز قبل التقديم.

المقادير:

3 كيلو حليب غنم

300 غ نشاء

طريقة التحضير:

نضع الحليب على النار ونتركه حتى يغلي

ندوب النشاء في كوب ماء

ونصبها فوق الحليب المغلي بطريقة هادئة مع التحريك الدائم بجهة واحدة حتى نشمّ رائحة الحليب المطبوخ أي بعد مدّة نصف ساعة تقريباً

نصب المزيج كله في صينية.

ونتركه يبرد مدة ربع ساعة بعدها نضع يدنا فوق الصينية ونصب ماء بارد على وجه الصينية فتصبح مجمدة

نتركها بالبراد مع الماء فوقها

نحضر القطر

نقطع الصينية إلى مربعات ونضع كل مربعين في صحن عميق ونصب فوقهما ماء السكر وماء الزهر

ويستحسن أن نحضر بوظة بالحليب أو القشطة ويزيّن الصحن عند تناوله.

نمورة (هريسة)

المقادير:

3 فتجان من السميد

1 فتجان من الحليب

1 فتجان من السكر

½ ملعقة كبيرة ماء الورد

1 فتجان من جوز الهند المبشور

100 غ زبد

1 فتجان من اللوز

طريقة التحضير:

نخلط جوز الهند والسميد والزبدة في وعاء

وفي وعاء آخر نضع السكر والحليب وماء الورد ونخلطها جيداً

نحضر صينية وندهن أرضها بالزبدة ثم نأخذ مزيج جوز الهند مع السميد والزبدة

ونفرشه في الصينية بطريقة دائرية ومستوية

ثم نصب خليط السكر مع الحليب وماء الورد على وجه الصينية ونترك الصينية مدّة ساعة ثم نسخن الفرن ونضع فيه الصينية مدّة 15 دقيقة ثم

نجرحها بالسكين ونقطعها مربعات ونضع اللوز فوق المربعات ونعيد الصينية إلى الفرن ثانية حتى يصبح لون الهريسة بنياً.

ننتظر حتى تبرد وتقدّم.



المغلي

المقادير:

- 5 أكواب ماء
- $\frac{1}{2}$ كوب أرز مطحون بودرة
- 1 $\frac{3}{4}$ كوب سكر مطحون
- ملعقة قرفة مطحونة
- 100 غ صنوبر
- ملعقة كبيرة من كل صنف (فستق- لوز- جوز- بندق)
- ملعقتان جوز الهند مبشور
- 1 $\frac{3}{4}$ ملعقة صغيرة من الكراوية

طريقة التحضير:

نضع نصف الماء في القدر على النار حتى تغلي
نخلط السكر مع القرفة والكراوية ونضيفها إلى الماء
بعد ذوبان السكر يصبح لون المزيج غامقاً
نذوّب الأرز مع كمية الماء الباقية ونضعه فوق المزيج بعد تخفيف درجة الحرارة ونحرك المزيج بملعقة كبيرة خشبية مع استمرار التحريك حتى يصبح المزيج متماسكاً.
نصب المزيج في أكواب صغيرة ونزيّنها بالفستق والجوز واللوز والبندق والصنوبر ونرش جوز الهند
وبعد أن يبرد نضعه في البراد.

كحك بالنمر

المقادير:

- 3 أكواب من السميد (فرخة) سميد ناعم
- كوب من الطحين
- نصف كيلوزيت مازولا
- كوب سكر
- $\frac{1}{2}$ كوب ماء الزهر
- $\frac{1}{2}$ كوب ماء الورد
- ملعقة كبيرة حبة البركة
- $\frac{1}{2}$ ملعقة محلب

مقادير النمر:

- $\frac{1}{2}$ كيلو من التمر الخالي من البزر

طريقة التحضير:

يخلط الدقيق مع السميد وزيت المازولا وماء الزهر والورد وحبة البركة والمحلب
ويعجن جيداً ونتركه مغطى مدّة 6 ساعات
ثم نأخذ العجينة ونقطعها قطعاً صغيرة
ونأخذ قطعة ونفردّها باليد ثم نفردّها بالشوبك على لوح خشبي ونضع الحشوة داخلها ونردّها باليد ونبرمّها على شكل إسّوارة ونربطها ببعضها
من الطرفين.
نضعها في الفرن على درجة (200م) حتى تنضج ويشقّر لونها..



كرايبج

المقادير:

- كيلو من السميد
- كوبان من السميد الناعم
- 300 غرام من السمنة
- $\frac{3}{4}$ كوب سكر
- $\frac{1}{4}$ كوب من ماء الزهر
- $\frac{3}{1}$ كوب من ماء الورد
- كوب ماء للعجن
- $\frac{1}{2}$ ملعقة طعام من الخميرة (نذوّبها في نصف كوب ماء فاترة)
- $\frac{1}{2}$ ملعقة من المحلب المدقوق (الناعم)

حشوة الكرايبج:

- $\frac{1}{2}$ كيلو جوز مفروم ناعماً
- $\frac{3}{4}$ كوب من السكر الناعم
- $\frac{1}{4}$ ربع كوب من ماء الورد

طريقة التحضير:

يوضع السميد في وعاء كبير ويضاف إليه السميد الناعم ويخلط جيداً
تضاف السمنة إلى الخليط ويفرك بالكفين حتى تخلط السمنة جيداً
نضيف ماء الزهر وماء الورد ونخلطه بأطراف الأصابع من دون عجن
نغطّي الوعاء ونتركه مدّة 6 ساعات.

حشوة الكرايبج:

يقطع الجوز قطعاً صغيرة ويضاف إليه السكر وماء الورد ونخلطه.

طريقة عمل الكرايبج:

تقطع العجينة كريات صغيرة ونضع القطعة في وسط يدنا اليسرى ونفتح نصفها في صينية ندخلها إلى فرن شديد الحرارة ونتركها بين (10-15) دقيقة حتى يصبح لونها ذهبياً
تقدم مع الناطف.



المقادير:

- 200 غ شلش الحلاوة
- 6 أكواب ماء لنقع الشلش
- ملعقة ماء الورد
- ملعقة ماء الزهر

طريقة التحضير:

يغسل الشلش ويقطع وينقع في الماء قبل يوم
بعد 12 ساعة من النقع نضع الماء الذي نقعناه به على النار ونتركه يغلي
نصفيه من الماء
نضع مقدار 6 أكواب ماء أخرى في قدر على النار ونتركها تغلي مع شلش الحلاوة مدّة 30 دقيقة.

تحضير الفطر:

كوبان من السكر مع كوب ماء
نخفق ماء الشلش خففاً سريعاً في الخلاط الكهربائي حتى ينفش ويبيض
نضيف القطر بشكل تدريجي أثناء الخفق ويصبح المزيج أبيض ومنفوش
نضيف ماء الزهر وماء الورد على الناطف
وعند تقديمه مع الكرايبج نرشّ عليه رشّة قرفة مطحونة.



عمل الناطف



معمول بالفستق

المقادير:

كيلو ونصف من السميد

3 أكواب من الطحين (فرخة)

1/2 كيلو سمونة

كوب سكر

1/2 كوب ماء الزهر

1/2 كوب ماء الورد

كوب ماء للعجين

ملعقة طعام من خميرة البيرة مذوبة في نصف كوب ماء فاترة

ملعقة صغيرة محلب (من المحلب الناعم)

كوبان سكر ناعم (بودرة) للزينة

حشوة الفستق:

1/2 كيلو من الفستق

كوب من السكر

1/4 كوب من ماء الورد

عمل الحشوة: يقطع الفستق قطعاً صغيرة ويخلط مع السكر وماء الورد..

طريقة صنع عجينة المعمول:

يوضع السميد في وعاء كبير وتضاف إليه القرفة والسكر ويخلط جيداً

تضاف السمونة إلى الخليط ويفرك السميد والسمونة بين الكفين والأصابع حتى يختلط السميد جيداً
نرش ماء الزهر وماء الورد ونخلطه بأطراف الأصابع من دون عجن. نغطي الوعاء ونتركه 7 ساعات

نذوب الخميرة في الماء الفاترة ونتركها مدة عشرين دقيقة

يرش السميد بمزيج الخميرة وكوب ماء

يفرك السميد والماء بين الكفين من دون الضغط على السميد كثيراً مدة عشرين دقيقة ونتركه مدة ساعة بعد أن نغطيه

يفرك السميد بين الكفين حتى يصبح متماسكاً

نقطع عجينة المعمول قطعاً صغيرة بحجم الجوزة

توضع كل قطعة عجين في باطن اليد اليسرى ونحفر بإصبع اليد اليمنى بحيث نجوف العجين ونضع ملعقة من الحشوة ثم نرد أطراف العجين فوق الحشوة

توضع القطعة في قالب الخشب ويضغط عليها قليلاً

نضرب حافة القالب على طاولة حتى نسقط حبة المعمول من القالب.

نصف قطع المعمول في الصينية المعدة للخبز في الفرن ونتركه مدة ساعة

ثم ندخلها الفرن لمدة ربع ساعة على درجة حرارة (300 م)

نخبز المعمول على الرف العلوي من الفرن حتى يصبح لونه ذهبياً

ينثر السكر الناعم فوقه ويترك ليبرد.



معمول الجوز

مقادير العجينة:

المقادير نفسها التي استعملناها لتحضير معمول الفستق

أما الجشوة:

½ كيلو جوز

1 كوب من السكر

¼ كوب من ماء الورد

نخلط الجوز بعد تقطيعه مع السكر وماء الورد

ونمرّ بالمراحل نفسها التي مررنا بها عند تحضير المعمول بالفستق.

غريبه

المقادير:

كوبان من الطحين

كوب ونصف زبدة

½ كوب سمنة

2 ½ كوب سكر ناعم مطحون

100 غرام لوز محمّص

طريقة التحضير:

نذوّب السمنة والزبدة في القدر ونتركها جانباً.

نخفق الزبدة المذوّبة والسمنة مع السكر

نضيف إليها الطحين ونخلطها جيداً ونخفقها جيداً

نحرّك العجينة بأصابعنا ونتركها ترتاح مدّة 15 دقيقة، ثم نقطعها قطعاً بحجم الجوزة نقرص العجينة

أقراصاً ونمسد كل قرص ونضع عليه حبة لوز

نحمّي الفرن على درجة حرارة (200-250 درجة م) ونخبز الأقراص إلى أن يصبح لونها ذهبياً.

ثم نخرجها من الفرن ونتركها حتى تبرد وتتماسك.





السفوف

المقادير:

6 أكواب من طحين الفرخة (سميد ناعم)

1/2 كوب من الطحين

6 ملاعق طعام حليب بودرة

كوبان زيت نباتي

5 أكواب من السكر- رشة فانيلا

ملعقتان كبيرتان باكينغ باودر

كوب صنوبر

ملعقة صغيرة يانسون ناعم

3 ملاعق طعام عقدة صفراء

1/2 كوب طحينة

طريقة التحضير:

نذوّب السكر في الماء ونضع الزيت معه

نخلط السميد مع العقدة الصفراء وحليب البودرة والباكينغ باودر والفانيلا واليانسون

نصب السكر والماء والزيت فوق الخليط ونخفقه جيداً.

ندهن الطحينة قعر الصينية ونصب الخليط تدريجياً ونضيف الصنوبر على وجه الخليط

نضع الصينية في الفرن على درجة حرارة (250) مدّة 40 دقيقة

نترك جانباً حتى تبرّد ثم تقطّع وتقدّم باردة.

البرازق

المقادير:

كوب طحين قمح

3 أكواب سميد

كوب طحين فرخة

3/4 كوب سمنة حموية (سمنة بلدية)

1/2 كوب سكر

1/2 ملعقة صغيرة كبش القرنفل

رشة حب هال

نصف كوب دبس

نصف كوب سمسم

نصف كوب فستق حليبي مجروش

طريقة التحضير:

نخلط الطحين مع السميد والفرخة والسمنة والسكر وماء

ونعجن المواد حتى نحصل على عجينة متماسكة

نقطع العجينة ونأخذ كل قطعة ونرقّها بيدنا على شكل قرص صغير ونضع السمسم مع الدبس

ونغلف الوجه والطرف الثاني من القرص ونغطّيه بالفستق الحليبي

نضع الأقراص في الفرن على درجة حرارة متوسطة ونتركها تقريباً 12 دقيقة ثم نتركها لتبرد وتقدّم.

- تعتبر البرازق من الحلويات الشامية المشهورة لدى أهل الشام.

حلوى الزنكل (زلاية)

المقادير:

6 أكواب طحين

ملعقة كبيرة خميرة مذوبة في 3 أكواب ماء فاترة

رشة ملح – 3 ملاعق طعام سكر للزينة

ملعقة صغيرة سكر- رشة قرفة (للزينة)

1/4 فنجان زيت مازولا

ماء للطحين – زيت للقلي

طريقة التحضير:

تخلط جميع المقادير في وعاء ونحرّكها ونعجنها بالماء ثم نتركها لترتاح مدّة نصف ساعة

ترق العجينة على عقب مصفاة الخضرة

وتكون العجينة متماسكة ولكن طرية جداً

ونحמי الزيت على درجة عالية وتوضع العجينة المرقوقة داخله ونقلبها على الوجهين حتى يصبح لونها ذهبياً

نرش عليها السكر والقرفة وتقدّم ساخنة.

ملحظة: 3 ملاعق السكر+ رشة القرفة (للزينة) أي لا تخلط مع الطحين.

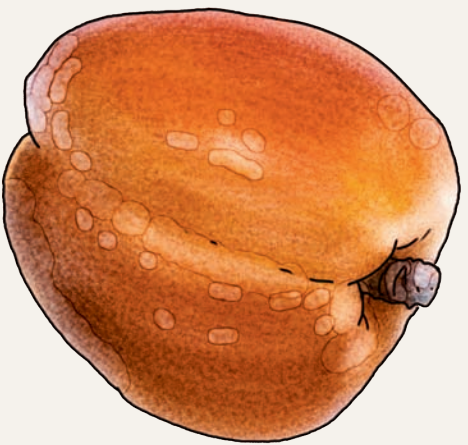


بالوظة قمر الدين

المقادير:

- نصف كيلو قمر الدين
- كوب واحد من النشاء
- كوب من السكر
- 4 أكواب ماء
- كوب من اللوز المقشور

طريقة التحضير:



ينقع قمر الدين ليلة كاملة في أربعة أكواب ماء
يصفى قمر الدين في مصفاة ناعمة فوق القدر المعدّ للطبخ
نذوّب النشاء في نصف كوب من الماء ونضيفه فوق قمر الدين
نضيف السكر إلى خليط قمر الدين والنشاء ونحرّكه جيداً
نضع القدر على نار متوسطة ونحرك الخليط بملعقة خشبية باستمرار حتى لا يلتصق الخليط بالقعر
بعد أن يغلي الخليط نتركه على النار مدّة 20 دقيقة مع التحريك الدائم ثم نرفعه عن النار ونسكبه في صينية بلور ونضيف إليه اللوز المقشور
ويقدم بارداً.

خلوة (١)

المقادير:

- كوب من الطحين
- كوبان من الماء
- كوب دبس
- نصف كوب سمنة عربية

طريقة التحضير:

نغلي الماء والطحين حتى يتخثر ويشبه اللبن
نسكبه في جاط
نذوب الدبس مع السمنة العربية ونصبه فوق الطحين المتخثر
فيعطي شكلاً شهياً المنظر والطعم على شكل طبقتين

(١) طبق تشتهر به مدينة الضمير

الزردة

المقادير:

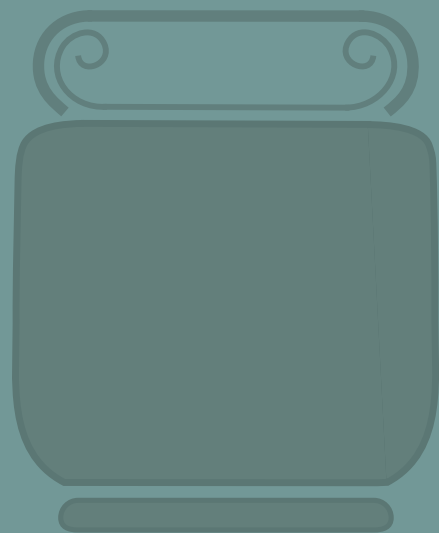
- 5 أكواب ماء
- كوبان من السكر
- نصف ملعقة صغيرة من الزعفران
- رشة مسك
- 3 نقاط من ماء الورد
- 3 ملاعق طعام نشاء (طحين الذرة)
- نصف كوب لوز مقشور

طريقة التحضير:

ينقع الزعفران في نصف كوب من الماء
يذوب النشاء في ربع كوب من الماء
نضع الماء ونصف كمية السكر والأرز في القدر على النار
مع التحريك الدائم إلى أن يغلي المزيج وينضج الأرز.
ثم نخفّف النار ونضيف كمية السكر والزعفران والمسك وماء الورد
مع التحريك المستمر، ثم نخفف النار ونتركه يغلي لمدة نصف ساعة
إلى أن يشتدّ المزيج قليلاً
يرفع القدر عن النار ويصب المزيج في أطباق متوسطة الحجم
وتزيّن باللوز المقشور وتوضع في البراد ثم تقدّم.



المونة



- 1- كيفية حفظ ورق الدوالي
- 2- ماء الحصرم
- 3- حفظ الباذنجان
- 4- حفظ القرع
- 5- حفظ البامية
- 6- صنع رب البندورة
- 7- البندورة المنشفة
- 8- الزيتون الأخضر
- 9- الزيتون الأسود
- 10- الزيتون المجرح
- 11- الزبدة
- 12- الشنكليش
- 13- موضوع عن الزيتون
- 14- موضوع عن المحاشي
- 15- زيت الخريج
- 16- الزعتر
- 17- الزعتر السرياني



طريقة تحضير ورق العنب لحفظه

يقطف ورق العنب في الربيع عندما يورق الورق ويجمع على شكل باقات بشكل يبقى ذنب الورقة إلى الأعلى. يطبّق والورق مجموعات صغيرة ويربط مع بعضه بخيط غليظ أبيض.

نضع الملح الخشن في وعاء عميق مع الماء ونذوّبه ونغطس كل حزمة من الورق حتى يذبل في الماء المالح، نضع الملح مع الماء ونضع بيضة. عندما تقف البيضة في منتصف الحوض، يكون العيار حاضراً. نقلبه ونتركه يبرد ونصفّيه من الشوائب.

نضع ورق العنب في المرطبان ونصب عليه الماء المالح ونضعه بعرق الدوالي ونترك مساحة 3 سنتم فوق ورق العنب ونضع الغطاء ونحفظه في مكان بارد لاستعماله في الشتاء عند استعماله في الشتاء نأخذ كل ربطة ونغسلها بالماء ونسلقها مع الماء على النار لمدة 10 دقائق ثم نستعملها لتحضير محشي اليبرق أو اليالانجي.

ماء الحصرم

يقطف الحصرم قبل أن يصبح عنباً أي وهو أخضر.

ينظّف الحصرم من العناقيد ونغسله بالماء البارد ثم نعصره بماكينة خاصة له. وهذه الماكينة تفرّق ماء الحصرم من جهة والبزر والقشر من جهة ثانية.

نحضّر زجاجات فارغة نظيفة ونعبئ ماء الحصرم فيها ثم نضع في كل زجاجة 1/2 سنتم زيت زيتون ونضع غطاء الزجاجات.

تحفظ هذه الزجاجات في مكان بارد

يستعمل هذا الحامض في الشتاء عوضاً عن عصير الليمون

من المعلوم أنه في الماضي، لم يكن يوجد ليمون في كل المواسم، ولذلك كان يستعاض عنه بحامض الحصرم، وهو نافع وطيب الطعم

حفظ الحصرم اليابس :

بعد غسل الحصرم، نعرضه لأشعة الشمس لكي يجفّ قبل أن يخبأ للشتاء. وعند استعماله نضع كوبين من الحصرم الناشف في الماء على النار ثم يعصر باليد ونأخذ الحامض منه ونستعمله للمحاشي وما شابه ذلك.



تنشيف الباذنجان

المقادير:

5 كيلو باذنجان

2 كيلو ملح

ماء

طريقة التحضير:

يقطع رأس الباذنجان ونحفره بالمنقارة

ثم نحضر قدراً ونضع فيه ماء وملح ويجرّك ثم نضعه على النار.. عندما يغلي نسقط الباذنجان على دفعات عندما يلين الباذنجان نخرجه من القدر ونضعه في طبق قشّ ونعرّضه للشمس حتى يجفّ وينشف.

يحفظ بعدها إلى حين الاستعمال.

عند الاستعمال:

نغسل الباذنجان الناشف ونسلقه بالماء حتى يلين ويذهب الملح منه ثم يصبح بعدها جاهزاً للطبخ.

حفظ الفرع للشاء

المقادير:

6 كيلو قرع أخضر

2 كيلو ملح خشن

طريقة التحضير:

يقطّع رأس القرع ويبشر قشره الخارجي بالمبشرة أو بالسكين

ثم نحفر القرع بالمنقارة

نضع الماء والملح في قدر على النار ونسقط القرع ونتركه حتى يلين.

نسحب القرع من الماء المالح ونرش عليه القليل من الملح ونضعه في طبق قش ونعرّضه للشمس الحارّة. نقلبه كل يوم ومتى جفّ تماماً نضعه في كيس قماش في مكان مظلم.

عند الاستعمال:

نغلي ماء ونضع القرع ونتركه يغلي حتى يلين ويذهب الملح عنه

يغسل بعدها ويستعمل.

المقادير:

5 كيلو غرام بامية

2 كيلو ملح

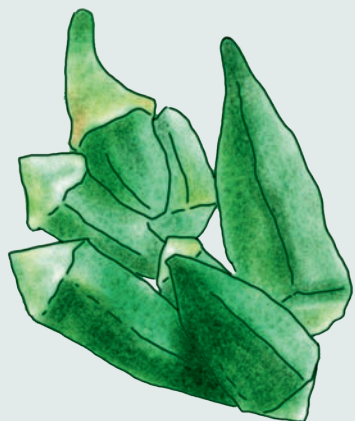
طريقة التحضير:

نغسل البامية وتنشفها ونقمّعها

نرش الملح عليها ونترك في الجاط مع الملح مدّة 3 ساعات ثم نفرشها على طبق قش وداخله قطعة من قماش نظيفة ونعرّضها لأشعة الشمس حتى تنشف.

تعباً في مرطبان بعد أن تنشف جيداً وتحفظ.

ملحظة: عند استعمالها تغسل جيداً وتسلق في الماء الساخن حتى تصبح ليّنة وطرية..





تحضير رب البندورة

المقادير:

10 كيلو بندورة

نصف كيلو ملح

طريقة التحضير:

تغسل البندورة وتعصر بالمصفاة بعد أن نقطّعها ونرشّ عليها الملح ونعصرها باليد نأخذ العصير ونضعه في صواني ونعرّضها لأشعة الشمس بعد أن نكون قد وضعنا قطعة قماش على وجه الصينية وربطناها على الجوانب حتى نحفظ البندورة من الغبار.

نحرّكها كل يومين

بعد أيام قليلة تصبح ماء البندورة دبساً

نضعها في المرطبان البلور النظيف ونرش على وجه البندورة 3 ملاعق زيت زيتون ونحفظها إلى حين الاستعمال

ملاحظة:

يمكننا أن نغلي ماء البندورة على النار مع الملح وتصبح كالدبس بعد الغلي..

البندورة الناشفة

المقادير:

5 كيلو بندورة (حبة كبيرة)

2 كيلو ملح

طريقة التحضير:

نغسل البندورة ونقطعها بشكل دائري إلى 4 قطع دائرية

نضع البندورة في صينية ونرشّ عليها الملح

ثم نحضر طبق قش ونصفّ القطع ونعرّضها لأشعة الشمس ونقلبها حتى تشف

نعبئها في مرطبان ونحفظها إلى حين الاستعمال.

ملاحظة: عند استعمال البندورة تتقع في الماء وتغسل جيداً..



طريقة تحضير الزيتون الأخضر

المقادير:

4 أكواب من الزيتون الأخضر

كوبان من الملح الخشن

10 أكواب من الماء

طريقة التحضير:

يكسر الزيتون بضرب كل حبة زيتون بيد الهاون حتى تتشقق حبة الزيتون من دون أن تخرج البزرة

توضع حبات الزيتون في الماء حتى لا يتغير لونها أو يسودّ

وتترك لمدة يومين مع تغيير الماء البارد عنها.

يذوب الملح في الماء ويصفى ويترك جانباً

تقطع شرائح من الليمون و4 حبات من الفليفلة الخضراء ونخلطها مع الزيتون

نضع الزيتون في المرطبان ونصب عليه الماء الملح ونترك مسافة 4 سنتم ماء مالح فوق الزيتون ثم نضع عرق من عناقيد ورق العنب على وجه

المرطبان ونضغطه جيداً ونغلق المرطبان ونتركه مدة 3 أشهر.

عند تناول الزيتون نضع قليلاً من زيت الزيتون.

الزيتون الأسود

المقادير:

3 كيلو زيتون أسود

3 كيلو ملح

كيلو ونصف ليمون

طريقة التحضير:

نغسل الزيتون وننشفه. نحضر سلة من القش، ونضع صف من الزيتون فوقه ورشة ملح ثم نضع الزيتون وهكذا.

ونضع السلة في مكان مظلم.

وكل يومين أو ثلاثة أيام نمسك السلة ونخضها وهكذا لمدة 30 يوماً.

بعدها نحضر ماء ساخناً ونضع الزيتون داخلها مدة ربع ساعة

ونغسله بالماء الساخن

نضع الزيتون في وعاء كبير ونضيف إليه عصير الليمون وقطعاً من الليمون ونحرّكه مع كوب من زيت الزيتون.

ونضعه في المرطبان البلور ونكمل الفراغ في المرطبان بالزيت ونضع الغطاء ونتركه مدة أسبوع.

بعدها يصبح جاهزاً للطعام.



الزيتون المجرب

المقادير:

3 كيلو زيتون حبة كبيرة

ملح خشن

2 كيلو ليمون حامض

250 غراماً فليفلة خضراء حرة

10 أكواب ماء

كوب زيت زيتون

طريقة التحضير:

نغسل الزيتون ونضعه في مصفاة حتى ينشف

نأخذ كل حبة زيتون ونجرحها جرحاً بالطول بواسطة سكين

نخلط الملح مع الماء ونحركها حتى يذوب الملح

نضع الزيتون في الماء المالح ونغطي المرطبان ونتركه لمدة ثلاث شهور

بعدها نأخذ الزيتون ونغسله بالماء الفاتر

نعصر كيلو واحد من الليمون ونقطع الكيلو الثاني شرائح دائرية

نغسل الفليفلة ونضعها مع الليمون ونحركها مع الزيتون

نحضر مرطباناً نظيفاً ونضع الزيتون مع قطع الليمون والفليفلة وعصير الليمون مع إضافة كوب زيت زيتون.

نضيف القليل من الملح مع الماء ونصبها فوق الزيتون في المرطبان حتى يمتلئ.

نتركه مدة أسبوع ويصبح جاهزاً للأكل.

الزيتون

تعتبر شجرة الزيتون من الأشجار الملائمة لبلاد الشام الموطن الأصلي لها.

فهي تحتوي على الفيتامينات (أ، د، ب، و) وهي شجرة مباركة وتعتبر دواء لأمراض الكلى والإمساك.

ويعرف زيت الزيتون في طعام الشرق الأوسط بمذاقه الطيب وغناه بالفيتامينات.

وتوجد معاصر كثيرة منذ زمن طويل في بلاد الشام وتعتمد كل مجموعة من القرى على معصرة قريبة لعصر الزيتون فيها.

ويستفاد من شوائب عصر الزيتون في صنع الصابون البلدي.

نضع زيت الزيتون في أوانٍ معقمة لأنها الأفضل لحفظه، وأيضاً في مكان بارد وجاف وذلك للمحافظة على جودته ومذاقه.

تستعمل وبقايا عصر الزيتون في عملية التدفئة سابقاً حيث كانت توضع في المنقل تحت الفحم.

وقديماً كان يستعمل زيت الزيتون في حفظ اللحوم عندما كان لا يوجد برادات.



الشنكليش

بعد أن نحصل على الزبدة نأخذ اللبن المتبقّي لدينا ونضعه في قدر على نار خفيفة.

بعد غليان السائل يفرط اللبن وتتشكّل لدينا كرات تدعى القريشة.

نصبّ هذا المزيج داخل كيس قماش من الشاش ونضيف مقداراً عالياً من الملح فيرشح الماء وتبقى لدينا القريشة.

نأخذ هذه القريشة ونضعها في وعاء كبير ونقطعها إلى كرات بحجم الجوزة ونأخذ كل كرة على حدة ونضيف إليها القليل من الفليفة الحمراء

المطحونة ونعجنها ثم ندورها بين الكفين ونجعلها كرة صغيرة وهكذا حتى ينتهي المزيج لدينا.

نحضر شاشاً نظيفاً ونصفّ الأقراص الدائرية عليه حتى تمتصّ الماء المتبقية لمدة يوم كامل..

بعدها نحضر الزعتر الأخضر المدقوق ونغمس كل قرص به من كل الجوانب ونضعه في الهواء حتى ينشف..

نعبئ الشنكليش في مرطبان بلور ونضع غطاء له ويترك للشتاء.

• هو من الأطعمة اللذيذة، عند تناوله يفرم القرص ويضاف إليه زيت الزيتون ويقدم.

وكذلك يقدم بطريقة ثانية تسمى شعفورة

يفرم القرص ناعماً وتفرم معه 3 أقراص بندورة و3 بصلات خضراء.

يحرّك ويضاف إليه زيت الزيتون ويقدم مع الفطور والبيض المقلي والشاي.

كذلك يقدم الشنكليش مع الزبدة العربية.



طريقة صنع الزبدة

تستخلص الزبدة من اللبن

الطريقة البدائية القديمة

يوضع اللبن داخل جرّة فخارية وتهزّ باليد إلى أن تتجمّع كرات الزبدة على سطح الجرّة

تؤخذ هذه الكرات وتجمع في وعاء فيه ماء بارد وهكذا يتمّ الاستمرار بخضّ الجرة إلى أن نستخلص كل الزبدة من اللبن.

وبعد استخلاص الزبدة، ما يبقى لدينا العيران.

أما اليوم وبوجود الآلات الكهربائية، سهلت العملية وذلك على مبدأ القوة القابضة، يوضع اللبن في ماكينة كهربائية خاصّة لخضّ الزبدة ونجمع

الكرات عن سطح اللبن وهكذا نحصل على الزبدة من خلاصة اللبن.

زيت الخربج

يقطف الزيتون وينقّى من ورق الزيتون أو أي شائبة

يوضع الزيتون مع الماء في دست (قدر كبير الحجم) ويسلق

بعد السلق يوضع في الشمس حتى يجفّ تماماً من الماء

يوضع الزيتون المجفّف في المكسر (الباطوس) وتضاف إليه كمية من الماء الساخن ويكسر الزيتون مع البزرة.

بعد ذلك يوضع الزيتون المكسور في أكياس من الخيش لها ثقوب كبيرة

توضع أكياس الخيش فوق بعضها البعض وتوضع عليها قطعة خشب كبيرة وثقيلة

(تقاله) ونضع في الأسفل القدر لكي ينزل الزيت عليه

الزيت الذي ينزل في البداية يسمّى أول قطفة من الزيت أي أول عصرة

ثم نضع قطع خشبية أكثر وزناً فوق الأكياس ويجمع الزيت الذي يعصر في قدر ثان ويترك حتى الركود.

نأخذ الزيت الذي يطوف على وجه القدر باليد أي بحلقة خشبية كبيرة ويجمع الزيت (كما تجمع الزبدة من فوق اللبن)

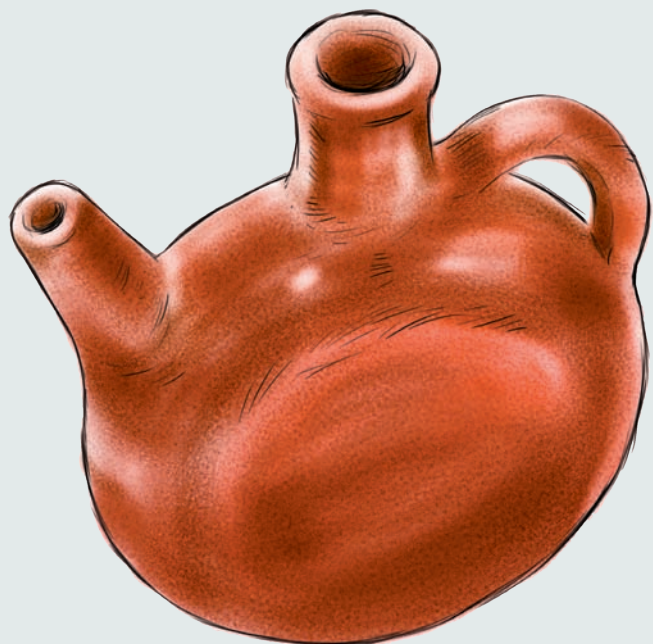
نستغني عن الماء الباقي في القدر لعدم الحاجة إليه.

• هذا الزيت الخريج معروف في مدينة جبلة وريفها فقط

وهو لا يستعمل للقلي أبداً وإنما يستعمل في الطعام النيئ أي مع اللبنة والسلطة والشنكليش والتبولة

وأيضاً يستعمل في أكلة البرغل الحمص المشهورة في الجبل.

كانوا يستعملونه قديماً عوضاً عن السمّة وهو لذيذ الطعم.





الزعر

هو من النباتات المشهورة التي تكثر عامّة في دول حوض المتوسط. يطلق عليه صفة مفرح الجبال لأنه يعطر الجبال برائحته الذكية ويعتبر منشّطاً للذاكرة، وعند تناوله مع زيت الزيتون في الصباح، يساعد الأطفال على استرجاع المعلومات المخزّنة بسهولة الاستيعاب. ويوجد الزعر البرّي أيضاً في الجبال. الزعر الذي يحضّر في البيوت:

المقادير:

- نصف كيلو سمسم محمّص من دون طحن
- 50 غراماً كمون مطحن
- 50 غراماً يانسون مطحون
- 50 غراماً شمرة
- 50 غراماً كزبرة يابسة
- 150 غراماً سمسم محمص
- نصف كيلو حمص (قضامة)
- 1 كيلو سماق (مطحون) + كيلو زعر أخضر يابس مطحون

طريقة التحضير:

يحمّص كل صنف على حدة ويطحن ما عدا السماق ثم نخلط المواد كلّها مع بعضها ونحرّك مع الزعر اليابس المطحون ويضاف السمسم المحمّص من دون طحن.



الزعر السرياني

المقادير

- 1 كيلو بطن
- 1 كيلو برغل ناعم
- 2 كيلو حمص (قضامة)
- $\frac{1}{2}$ كيلو قمبز
- $\frac{1}{2}$ كيلو بزر مصري (ناعم أبيض)
- $\frac{1}{2}$ كيلو بزر بطيخ
- 50 غراماً كمون مطحون
- 50 غراماً كزبرة يابسة مطحونة
- 50 غراماً فليفلة حمراء مطحونة
- كيلو سمسم محمص ومطحون
- كيلو ونصف سمسم محمص من دون طحن
- 2 كيلو سماق مطحون
- ملح حسب الطلب
- 2 كيلو زعتر أخضر مفصول ومنشف ومطحون

طريقة التحضير:

يحمص (البطن، البرغل، الحمص، القمبز، البزر المصري، بزر البطيخ) بعد التحميص تطحن جميعها ونخلط مع الكمون والفليفلة والكزبرة والسمسم المحمص المطحون ثم يضاف السمسم المحمص غير المطحون.

ويتناول الزعتر مع زيت الزيتون

ملحظة: البطن شجر موجود في الأحراج السورية.

أنواع الثوابل

- المحلب
- يانسون
- حب الهال
- حب الكمون
- الكزبرة
- فلفل أسود
- بهار أسود
- فلفل أحمر
- بهار أبيض
- كبش قرنفل
- قرفة
- بهار حلو
- نعناع يابس
- مستكة
- خيوط الزعفران
- حبة البركة
- فلفل أحمر ناشف
- شلس الحلاوة
- السماق
- ورق الغار
- سمسم
- حبق يابس
- الزعتر البلدي
- مردكوش
- الزنجبيل
- كراوية
- جوزة الطيب
- ورد منشف
- قرنفل
- الريحان
- الحلبة
- العصر

الزهورات

- البابونج
- العطرية
- إكليل الجبل
- الورد الجوري
- ماء الزهر
- ماء الورد
- الزيرفون
- الختمية
- النعناع
- الياسمين

• جميع أنواع هذه الزهورات تغسل وتنشف وتوضع في مكان مظلم حتى تتشفت وتجف ثم تعبأ.
يغلى القليل منها مع الماء وتشرب وهي نافعة جداً للجسم.

وحدات القياس المستعملة

- رشة حوالى = 1/6 ملعقة صغيرة
- ملعقة صغيرة = 1/3 ملعقة كبيرة (ملعقة شاي)
- ملعقة طعام = 3 ملاعق صغيرة
- 4 ملاعق طعام = 1/4 كوب
- 5 ملاعق طعام = 1/3 كوب
- الكوب = 250 غراماً
- الفنجان = 1/2 الكوب

حرارة الأفران

- الفرن الخفيف الحرارة -120 150 درجة مئوية
- الفرن الحار 220-230 درجة مئوية
- الفرن المتوسط -160 230 درجة مئوية
- الفرن الحار جداً -246 260 درجة مئوية



الأواني المستعملة

هي الأواني البسيطة التي توجد في كل مطبخ

لم يكن يوجد قديماً آلات كهربائية كما اليوم

وكان يتم استعمال الطناجر والقدر النحاسية المطلية بالقصدير

وأيضاً ماكينة الكبة اليدوية، والعصارة اليدوية، والمنخل، والمصفاة، والمنقارة، والملاعق الخشبية لتحريك. والألواح الخشبية لتقطيع اللحوم

وكذلك الخضار والأسماك، وأيضاً المقلاة المتعدّدة الأشكال، ومدق الثوم، ومدق البهارات، وطاحونة اليد للقهوة، وقياسات في العصارات الخشبية،

وقدر كبير الحجم للمنسف ولطبخ الخروف، ومقلاة العجّة.

المفدّمة

السلطان

- سلطة أرضي شوكي

- سلطة الشمندر والروكا

- سلطة الفليفلة المشوية

- سلطة الشمندر

- سلطة السبانخ

- سلطة الدجاج

- سلطة الفجل

- سلطة الخيار مع البندورة

- سلطة الخس

- سلطة الباذنجان المشوي

- سلطة الجبنة مع البندورة

- سلطة الزيتون مع الزعتر

- سلطة الراهب

- سلطة الكمأة

- سلطة المعكرونة

- سلطة البطاطا

- سلطة الرمان

- سلطة الملفوف مع الذرة

- سلطة الفاصولياء الحب

- سلطة هارون الرشيد

- سلطة الزهرة بالليمون

- سلطة الملفوف

الشوربات

- شوربة الخضر

- شوربة البندورة بالريحان

- شوربة النفاسى

- شوربة القرنبيط

- شوربة الشعيرية

- شوربة الكشك

الفهرس

- شوربة الكشك (طريقة ثانية)

- طريقة عمل الكشك

- رشتا بالعدس

- اللبنة

- شوربة العدس

- شوربة القمح

اللحومات

- فخذة خروف متبل ومحمر

- كويسات

- خروف محشي

- داوود باشا

- لحمة بالبيض واللبن

- شرحات مع بطاطا والفلول الأخضر

- القاورما

- لحمة بالطواية

- كباب هندي

- لحمة بالكرز

- لحمة بالفرن

- قووظرطمة

- كباب باذنجان

- الفريكة بلحمة

- رقبة محشية

- المرتديلا

- أقراص النعناع

- لحمة بالطحينة

- طوشكا

- الكلاوي

- قلب الخروف

- شوى دست

- لحمة كباب مشوية (الكباب الحلبي)

- لحمة شقف مشوية

- لحمة بالحررة

- باذنجان مغطى بالكباب (باذنجان عرموطي) ص

- المعلق مع الكزبرة ص

- المعلق المطجن ص

- بيض الغنم المحمر ص

- صاصيجو (نقانق) ص

- جدي بالزيت ص

الكبه

- كبة لبنية ص

- كبه مقلوذة ص

- كبة بالبيض ص

- شاكرية (لبن امه) ص

- كبه مقلية ص

- كبة سماقية ص

- كبة باليقطين ص

- كبة سياخ ص

- كبة أرنبية ص

- كبة مسلوقات ص

- كبة نية ص

- كبة الأرز ص

- كبة صاجية ص

- كبة بالحيلة ص

- كبة صينية ص

- كبة مبرومة ص

- كبة أرمان ص

- كبة سفرجلية ص

- كبة مشوية ص

- كبة السميد ص

- كبة السمك ص

- كبة بصلية ص

- كبدة عدس ص

- كبة الكشك ص

- كبة نباتية ص

- كبة السبانخ ص

- كبة طحينة مع الجوز

- كبة الفول الأخضر (مشمشية) ص

- كبيبات ص

- كبة نية بالجرن ص

- كبيبات بالسلق ص

- الكمونة ص

- كبة فراكة بالبطاطا ص

- كبة نية إدلبية ص

المحاشي

- محشي القرع ص

- محشي السلق ص

- محشي البطاطا ص

- محشي الباذنجان بالأرز ص

- شيخ المحشي والمحشي الكوسا ص

- محشي الملفوق ص

- محشي الجزر ص

- محشي الكوسا مع مسقعة البندورة ص

- محشي عجور بالفريكة ص

- محشي باذنجان بالبرغل ص

- السندوانات (القبوات) ص

- محشي الكوسا بالحمض ص

- محشي الكماة مع مسقفة الكماة ص

- اليبرق ص

- محشي اللفت ص

- الفوارغ المحشية ص

- شيخ المحشي القرع الشتوي (يقطين) ص

الخضار باللحمة

- فاصولياء حب ص

- فاصولياء خضراء باللحمة ص

- ملوخية ص

- ملوخية على الطريقة الحلبية ص

- مقلوبة الباذنجان ص

- فطر مع اللحمة والارز ص

- سبانخية باللحمة

- أرمان بالبطاطا ص

- صينية بطاطا محشية ص

- مسقية الباذنجان مع المحشي ص

- مسقعة القرنبيط ص

- حالبوب ص

- تفحية ص

- أرضي شوكي مسقعة ص

- البامية باللحمة ص

- بازلاء باللحمة ص

- سبع دول ص

- يهودي مسافر ص

- المقلوبة الفلسطينية ص

الخضر بالزيت

- فول بالزيت ص

- سلق مقلي ص

- يالانجي الكوسا والباذنجان ص

- يالانجي بالسلق ص

- يالانجي ورق العنب ص

- فاصولياء خضراء بالزيت ص

- الباذنجان المقلي ص

- قرنيبط بالزيت ص

- البامة بالزيت ص

- مفركة الفطر ص

- سبانخ بالزيت ص

- هندبة بالزيت ص

- خبيزة بالزيت ص

- براصيا بالزيت ص

- ايج (كبة نية بالزيت) ص

- بطاطا مع كزبرة خضراء ص

- حمص مع السلق بالزيت ص

- بامة بالزيت مع دبس الرمان ص

- جريش الكوسا ص

- البرغب مع قراعب البصل (الزنبوط) ص

- السليق ص

- القلقاز (لوف) ص

فتة ص

- فتة باذنجان مع بطاطا ص

- فتة الكوارع (مقادم) ص

- فتة مدوس ص

- فتة الدجاج ص

- فتة الحمص ص

- اللسانات ص

- المتبلة ص

- طريقة تحضير اللبن ص

- اللبنة ص

- حفظ اللبنة ص

- حراق بإصبعه (طبق شامي) ص

المعجنات

- سنبوسك الجبن بحبة البركة ص

- فطاير بالسبانخ والجبن ص

- فطاير اللحم ص

- فطاير بالفليفلة الحمراء ص

- سيخ برك ص

- لحم بعجين عنتابي ص

- لحم بعجين بلدي ص

- مناقيش الزعتر ص

- سمبوسك باللحمة ودبس الرمان ص

- فطاير بالجبنة ص

- فطاير بالسبانخ ص

- صفيحة شامية ص

- الزنكل ص

- ترموسة ص

- الحبوب ص

- أرز مفلفل ص

- أرز بالشعيرية ص

- برغل باللحمة

- الحمصية
- الهريسة (حنطية)
- أرز بالفول الأخضر
- مخلوطة
- فول مدمس (بالزيت)
- حمص
- مجدرة الأرز
- برغل بدين
- التسقية
- الفلافل
- عدس بحامض
- برغل بالبندورة
- مجدرة الرغل
- كبسة أرز باللحمة والبادنجان
- أرز بالفرن
- رز باليقطين
- حمص باللحمة
- رز بالبندورة
- المنسف
- لبن الجميد

الأسماء

- سمك بالفرن
- السمك المشوي
- سمكة محمرة
- سمكة طاجة
- سمك سلطان ابراهيم
- سمك السول المقلي بالزبدة
- سمك الترويت المشوي
- سمكة حرة
- صيادية
- القريدس
- كفتة السمك
- سمك السلمون بصلصة الكزبرة

الدجاج

- فروج محشي
- أجنحة دجاج مشورية
- الدجاج بالزعتر البلدي
- الدجاج الملوكي
- ديك هندي
- صدور دجاج محشية
- كستلته الدجاج
- المسخن
- مغرييه
- اوزي الدجاج مع الأرز
- دجاج مع بطاطا بالفرن
- دجاج بالزعفران
- الحمام المحشي بالفريكة
- كبدة الدجاج
- البط مع الفطر
- الحمام مع الزيتون
- العصافير
- مقلوبة الباذنجان بالدجاج
- دجاج مشوي مع الفريك (طبق ريفي)

البيض

- عجة الكوسا
- عجة البيض
- عجة اللحمة
- عجة الزهرة
- بُرك الباذنجان
- زهرة مغطسه بالبيض
- ياشلك
- مفركة القرع
- مفركة الكوسا
- بيض مع بندورة
- بيض بالقاورما
- بيض مقلي

- بيض مع السبانخ
- عجة النخاعات
- عجة العكوب
- عجة الريحان
- عجة الفاصولياء البيضاء الحب

المخلل

- مخلل الباذنجان
- مخلل الفليفلة الخضراء
- مخلل اللفت
- مخلل الخس
- مخلل الفليفلة الحمراء
- مخلل الخيار
- مخلل مشكل
- مخلل الفليفلة الخضراء
- مكدوس الباذنجان
- مكدوس الفاصولياء الخضراء
- مكدوس الكمأة

الخبز

- طريقة عمل الخبز
- لخبز السوري
- خبز التتور
- خبز الصاج
- خبز العسل
- خبز الحليب
- خبز مرقوق
- كعك مالح
- كعك بالحليب
- خبز بالسمنة والقرفة

المربى

- مربى الورد
- مربى الكبّاد
- مربى التفاح

- مربى السفرجل
- مربى الكرز
- مربى التين الأخضر
- مربى المشمش
- مربى البلح الأصفر
- مربى التين اليايس (المنشف)
- مربى الباذنجان
- مربى المشمش صحاح (شكر برّى)

المشروبات

- القهوة العربية
- الليموناضة
- شراب التفاح
- شراب الورد
- عصير الجلاب
- شراب الرمان الحامض
- عصير الرمان
- شراب البرتقال
- شراب تمر الهندي
- شراب قمر الدين
- شراب البزورات
- عصير الكرز
- شراب التوت
- شراب اللوز

الحلويات العربية

- عمل اقطر
- النقشوة الاصطناعية
- كنافة بالقشطة
- كنافة ام النارين
- كنافة المفروكة
- كلاج (نيء)
- كنافة بالجبنة
- عمل عجينة القطايف
- قطايف اللبّه (الشمندور)

